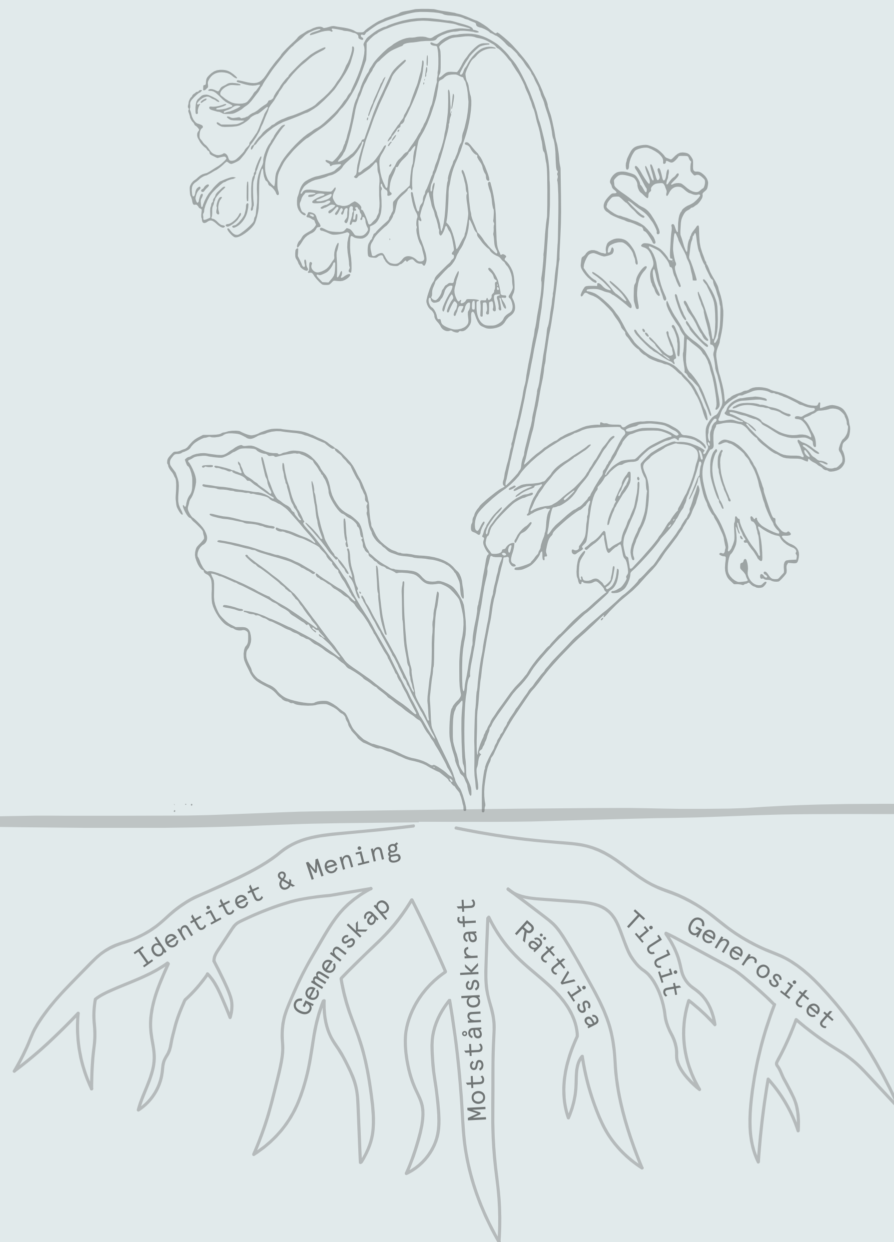


alla kan blom·stra

VITBOK

Version 1

""Den längsta resan är resan inåt."
- Dag Hammarskjöld



"Skapandet av tusen skogar
är i ett ekollon."
- Ralph Waldo Emerson





”I grunden vet varje människa tillräckligt väl att hen är en unik varelse, bara en gång på denna jord; och utan en extraordinär slump kommer ett så fantastiskt pittoreskt stycke av mångfald i enhet som hen är, någonsin att sättas ihop en andra gång.”
- Friedrich Nietzsche

"Frihet är inget annat än en chans att bli bättre."
- Albert Camus

"Den sanna lyckan finns i samspelet mellan människor, där vi vågar se varandra för vilka vi verkligen är."
– Tove Jansson

"Eken kämpade mot vinden och bröts, pilen böjde sig när den måste och överlevde."
- Robert Jordan

"När jag upptäcker vem jag är, blir jag fri."
- Ralph Ellison

"Ta hand om den lilla världen omkring dig, så tar den hand om dig."
- Selma Lagerlöf

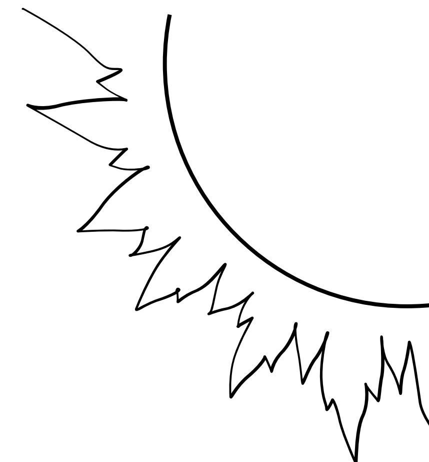
"En blomma tänker inte på att konkurrera med blomman bredvid. Den bara blommar."
– Zenbuddhistiskt ordspråk

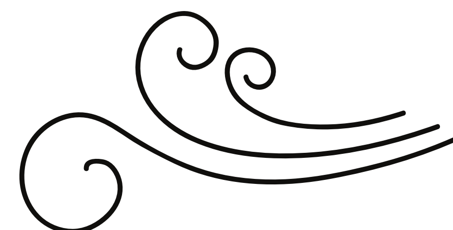
"Vi blir till i våra drömmar, och det är där vi växer bortom våra begränsningar."
– Liv Strömquist

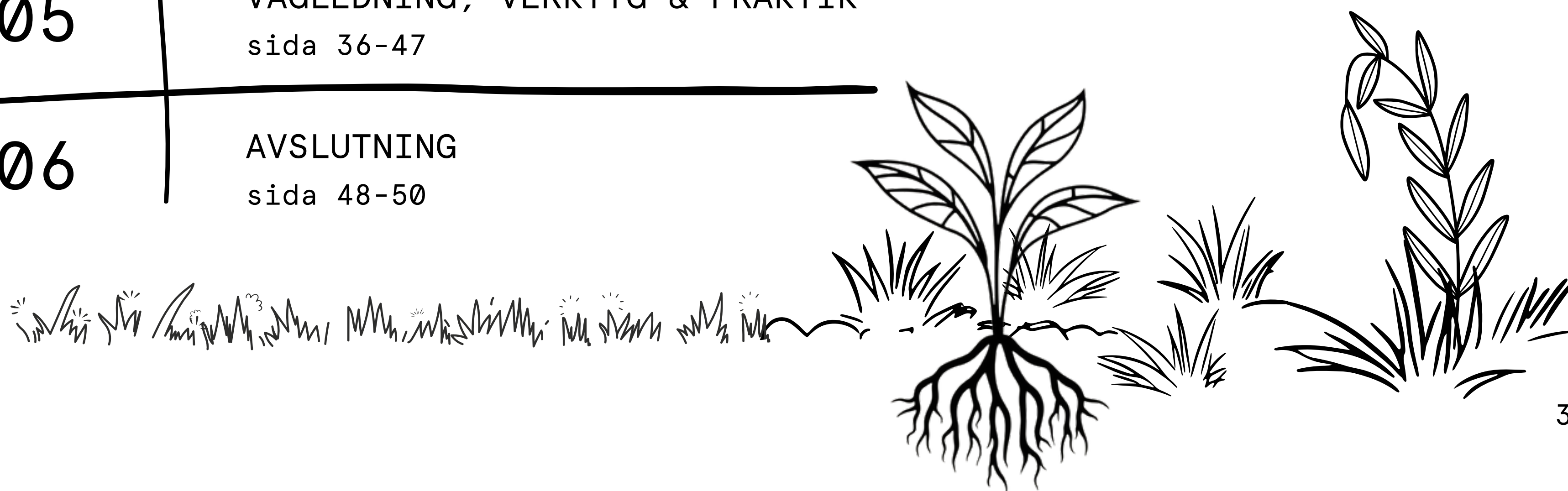
"Det är genom gemenskapen som vi finner vår plats i världen."
- Astrid Lindgren



Innehållsförteckning







Vitbokens roll, vägen framåt och etik

“Alla kan blomstra” är en vision som inspirerar till personlig och kollektiv utveckling. Visionen har sina rötter i Ålands unika historia och kultur, där gemenskap, hållbarhet och ansvarstagande har varit centrala teman. Den bygger på en tradition av samverkan mellan individ och samhälle, där vi tillsammans skapar förutsättningar för blomstring - både på det personliga och det kollektiva planet.

Den bär också på en djup insikt: att varje människa är en del av ett större sammanhang. Vår tillvaro är sammanflätad med varandra, med våra samhällen och med den jord som ger oss liv. Genom att lyfta fram denna ömsesidiga koppling visar “Alla kan blomstra” vägen mot en hållbar framtid där vi inte bara överlever, utan verkligen lever.

Visionens styrka ligger i dess positiva budskap om rättvisa, gemenskap och medmänsklighet. Visionen påminner oss om att godhet inte behöver vara ett medel för något annat - det är ett självändamål, en grund för livskvalitet och mening. Samtidigt behöver visionen göras mer konkret och relevant i människors vardag.

Den här vitboken tar sig an den uppgiften. Genom att fördjupa visionen och ge den praktiska verktyg, riktlinjer och pedagogiska modeller, skapar vi en bro mellan idé och handling.

För “Alla kan blomstra” är inte bara en livsfilosofi - det är en praktisk kraft för förändring.



För vem är vitboken till?

Vitboken riktar sig till dem som vill fördjupa sin förståelse för “Alla kan blomstra” och utforska egna tankar kring begreppet. Den är ett stöd för dem som arbetar med eller vill integrera detta synsätt i sina verksamheter och samhällsinsatser.

När vi möter stora samhällsutmaningar är den spontana reaktionen ofta att vilja agera direkt. Det finns en upplevd brådska - vi måste göra något nu! Ibland riktas misstänksamhet mot teori och idéutveckling, som om det vore en distraktion från det praktiska arbetet. Men utan ett genomtänkt ramverk riskerar vi att bara hantera symptom snarare än orsaker.

Det är just därför koncept spelar en avgörande roll, för att det är hur vi förstår en fråga som avgör vilka lösningar vi ens kan föreställa oss. De är inte abstrakta hinder för handling - de är själva grunden för att kunna agera meningsfullt. Vi måste inte bara fråga vad vi gör, utan också varför och hur. Symboliska åtgärder kan skapa synlighet, men verklig förändring kräver en djupare förståelse av de strukturer och tankesätt som formar vårt samhälle. Det är här koncept blir avgörande - de hjälper oss att se mönster, ifrågasätta normer och skapa nya möjligheter.

Vitboken är inte ett informationsmaterial för bred spridning, utan ett verktyg för reflektion och dialog. Dess idéer levandegörs genom riktade guider, stödmaterial, utbildningsinsatser och samtal anpassade efter olika målgrupper och behov. På så sätt blir det ett levande verktyg—inte en symbolisk ambition, utan en process för verklig förändring.



Några ord om etik

Ur ett etiskt perspektiv är det av största vikt att poängtera att innehållet i denna vitbok - från kärntexten och illustrationerna till mätning av blomstring och vägledning - inte handlar om att ”fixa till” andras övertygelser, värderingar eller sätt att tolka världen. Att se människor som objekt att förändra riskerar att förneka vår inneboende kraft som förändringsagenter - aktiva deltagare i sin egen och kollektiva utveckling. Det skulle i stället upprätthålla ett "fixa andra"-tankesätt som leder till den typ av dualism och maktstrukturer som vi strävar efter att förändra.

Istället handlar det om att väcka nyfikenhet - att skapa verktyg, dialogrum och förutsättningar som inspirerar människor att själva utforska nya perspektiv som kan främja en kultur av inre utveckling och ömsesidigt stöd. Detta bör byggas på delade, universella upplevelser. Förändring kan aldrig tvingas fram utifrån, men vi kan öppna upp samtal och sammanhang som gör det möjligt att se världen på fler sätt än tidigare. När vi skapar dessa hållbara förutsättningar, ruckar vi på gamla normer och strukturer och ger plats för genuin, självvald utveckling - både på individnivå och kollektivt.

Vitboken och de teorier vi bygger på, såsom Kotters förändringsmodell, syftar inte till att förlita sig på externa åtgärder utan att stimulera en inre hållbar utvecklingsresa. Den yttre effekten av detta arbete förväntas komma som en naturlig konsekvens av att människor utvecklar en djupare förståelse för sina egna inre drivkrafter och gemensamma ansvar.



“Alla kan blomstra” styrkor

- Inspiration och hopp: Visionen fångar kraften i möjligheter och skapar en positiv bild av framtiden där alla har potential att blomstra.

- Interkonnektivitet: Den lyfter fram det holistiska sambandet mellan individen, samhället, naturen och de sociala strukturer som stöder hållbarhet.

- Etik och godhet: Visionen bygger på en grund av rättvisa, gemenskap och värden som betonar att godhet måste vara sitt eget syfte - inte ett medel för personliga fördelar.

Utmaningar och möjligheter till fördjupning

- Perceptionen av det abstrakta: För många kan “Alla kan blomstra” upplevas som en idealbild snarare än en praktisk ram för handling, särskilt för dem som kämpar med livets omedelbara utmaningar. Begrepp som "samhällsstrukturer" eller "alla är sammanlänkade" kan kännas avlägsna. Utmaningen ligger i att knyta visionen till människors vardag utan att kompromissa med dess filosofi.

- Statisk eller ytlig tolkning av blomstring: För vissa kan blomstring framstå som ett slutmål, snarare än en levande och ständigt pågående process av reflektion, förnyelse och utveckling. Det finns också en risk att “Alla kan blomstra” reduceras till enbart materiell framgång eller yttre prestationer. Visionens djupare innebörd - att blomstring är en dynamisk, inre och yttre process - behöver belysas tydligare.

- Individens resa och behov av praktisk vägledning: Visionen behöver fler exempel på hur individer kan ta små steg som leder till blomstring. Utan tydliga, inspirerande steg riskerar den att kännas teoretisk snarare än tillämpbar. Ett fokus på de verktyg och insikter som kan stödja individens personliga resa mot blomstring är avgörande för att göra visionen verklig och relevant.

Kärntexten: “Alla kan blomstra” visionens hjärta

En vision som "Alla kan blomstra" är både storslagen och djup, fylld av möjligheter att inspirera, förändra och förankra en känsla av gemenskap och tillhörighet.

Men en vision utan en tydlig och välformulerad kärntext kan förlora sin kraft - om den blir abstrakt och svår att omsätta i handling. I praktiken har vi sett vissa missuppfattningar och hinder som har begränsat hur visionen uppfattas och implementeras.

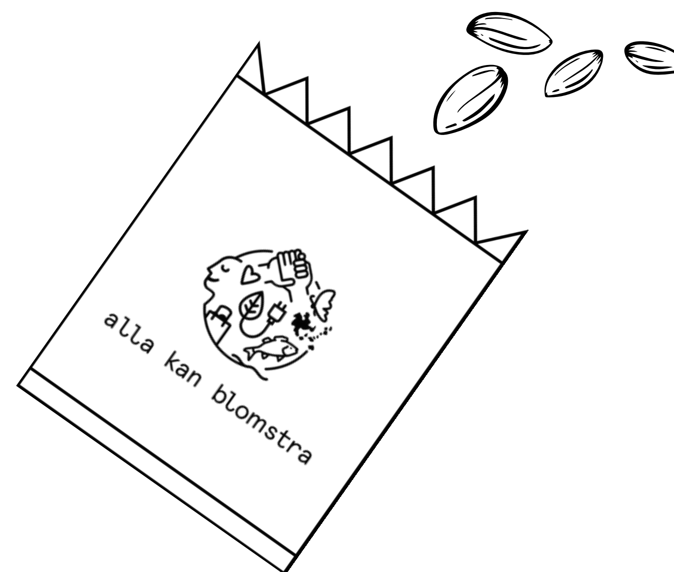
Kärntexten fungerar som visionens hjärta. Den är inte bara en samling av ord utan ett uttryck för de värderingar, principer och mål som förenar oss. Det är genom kärntexten som vi kan ge visionen liv och skapa en röd tråd som följer oss i våra beslut, vårt arbete och vår kommunikation.

Ett frö till fördjupning och förankring

En välformulerad kärntext skapar förutsättningarna för visionens idéer att slå rot och växa sig starka. Den hjälper oss att:

- Göra visionen konkret och begriplig, så att den känns nära och relevant för alla.
- Skapa en gemensam förståelse och riktning framåt.
- Inspirera till handling och samarbete, där varje aktör ser sin roll i att förverkliga visionen.

Med kärntexten som vår utgångspunkt och filosofi kan vi bygga vidare, fördjupa och förankra visionen på ett sätt som förenar oss alla.



En tydlig kärntext som ger visionen rötter

"'Alla kan blomstra' är en vägledande princip om att alla har potential att växa och bidra till ett hållbart samhälle på fredens öar, präglat av klimat- och miljöansvar, social rättvisa och medmänsklighet.

Vår vision handlar om att gemensamt skapa förutsättningar där människor mår bra på djupet och kan utveckla sina unika gåvor i gemenskap med andra och i harmoni med den övriga naturen. Samtidigt bygger den på individens fria vilja och val - att blomstring är en självvald resa där varje steg uttrycker vår övertygelse och vårt engagemang.

Genom att förankra oss i värden som tillit, gemenskap, motståndskraft, generositet och rättvisa, skapar vi en trygg grund för oss alla.

'Alla kan blomstra' innebär en livslång resa av utveckling och förnyelse där motgångar stärker oss och framgångar förenar oss.

Med rötter i våra grundläggande värden och stöd från gemenskaper har vi kraften i varje val, varje möte och varje handling att skapa en hållbar och fredlig framtid där både individ och samhälle blomstrar tillsammans."

Insikter som belyser fördjupning och utveckling

1 Adjektivet 'vägledande' gör principen handlingskraftig och tillgänglig. Det signalerar att 'Alla kan blomstra' är en riktning att följa, inte bara en idé att reflektera över. Det bygger broar mellan vision och vardag och speglar den åländska balansen mellan självständighet och gemenskap.

2 'Princip' är det bästa ordvalet att leda med eftersom det kombinerar styrkan i värderingar med praktisk tillämpning.

3 'potential att växa och bidra' handlar om individens utveckling och roll i gemenskapen – att både växa som person och stärka samhället genom handling och värderingar.

5 Brett fokus på hållbarhet som omfattar både naturen och människor.

"'Alla kan blomstra' är en vägledande princip om att alla har potential att växa och bidra till ett hållbart samhälle på fredens öar, präglat av klimat- och miljöansvar, social rättvisa och medmänsklighet.

Vår vision handlar om att gemensamt skapa förutsättningar där människor mår bra på djupet och kan utveckla sina unika gåvor i gemenskap med andra och i harmoni med den övriga naturen. Samtidigt bygger den på individens fria vilja och val – att blomstring är en självvald resa där varje steg uttrycker vår övertygelse och vårt engagemang.

Genom att förankra oss i värden som tillit, gemenskap, motståndskraft, generositet och rättvisa, skapar vi en trygg grund för oss alla.

'Alla kan blomstra' innebär en livslång resa av utveckling och förnyelse där motgångar stärker oss och framgångar förenar oss.

Med rötter i våra grundläggande värden och stöd från gemenskaper har vi kraften i varje val, varje möte och varje handling att skapa en hållbar och fredlig framtid där både individ och samhälle blomstrar tillsammans."

4 Fredens öar symboliserar Ålands unika roll som en plats för hållbarhet, samverkan och fred, både i historien och i nutid.

6 Förvandlar visionen till ett gemensamt ansvar, stolthet och stärker känslan av ägarskap.

8 Blomstring kräver aktivt deltagande och medvetna val.

7 Blomstring bygger på realistiska förväntningar och delat ansvar.

9 Förankrar texten i en stark värdegrund som knyter an till åländsk identitet.

11 Blomstring är en process, inte ett slutmål. Texten understryker vikten av vardagliga handlingar. Att blomstra är en livslång resa-steg för steg-en resa som sträcker sig även till framtidens generationer.

10 Speglar Ålands historia av motståndskraft och gemenskap.

1 Adjektivet 'vägledande' gör principen handlingskraftig och tillgänglig.

Adjektivet 'vägledande' tillför djup och funktion till princip. Det gör att den inte bara uppfattas som en filosofisk idé utan som en praktisk kompass, som kan guida oss i vår resa mot blomstring, i såväl individuella val som gemensamma handlingar. För ålänningar, som värderar självständighet och ansvar, blir 'vägledande' en viktig bro mellan idé och handling. Det gör principen levande och tillämpbar i vardagen och betonar att Alla kan blomstra är en process, inte ett slutmål. Denna aspekt förstärker kopplingen till den åländska andan av gemenskap och hållbarhet. Samtidigt respekterar den individens frihet och val, och erbjuder stöd utan att vara påtvingande.

2 'Princip' är det bästa ordvalet att leda med eftersom det kombinerar styrkan i värderingar med praktisk tillämpning.

Ordet är mer handlingskraftigt än 'vision', mer tillgängligt än 'ramverk'och djupare än 'idé'.'Vision' kan kännas avlägset och idealistiskt, medan princip signalerar något vi kan leva efter och använda som guide i vardagen.'Ramverk' låter tekniskt och byråkratiskt. En 'idé' kan kännas flyktig, men en 'princip' är förankrad i övertygelse och långsiktighet - något som speglar Ålands värderingar. 'Princip' är inkluderande och relaterbart för alla, oavsett bakgrund och ger en balans mellan individ och gemenskap, samt fångar den åländska andan av frihet och gemensamt ansvar, och guidar både våra personliga val och gemensamma handlingar.

3 "Potential att växa och bidra" sammanfattar kärnan i 'Alla kan blomstra' genom att lyfta fram både individens person-liga utveckling och dennes bidrag till det gemensamma.

'Att växa' syftar på den kontinuerliga möjligheten att utveckla sina unika gåvor, oavsett livssituation. Det kan handla om att bygga självinsikt, lära sig av motgångar eller stärka sin relation till andra och till naturen.'Att bidra' innebär att använda denna utveckling för att påverka omgivningen positivt - genom att stötta andra, skapa tillit och agera utifrån värderingar som rättvisa och gemenskap. Kombinationen av att växa och bidra är dynamisk: personlig utveckling stärker gemenskapen, och gemenskapen ger näring åt individens tillväxt.

4

`Fredens öar´ är ett begrepp som inte bara hänvisar till Ålands historia som en demilitariserad zon utan också till dess moderna roll som ett föredöme för hållbarhet och samarbete.

Åland har länge varit en symbol för fredliga lösningar och internationellt samarbete, vilket speglar dess unika status som en neutraliserad och demilitariserad region. Nu kan begreppet sträcka sig bortom politisk neutralisering och omfatta social och miljömässig hållbarhet. Det handlar om att skapa en plats där människor och natur lever i harmoni, där rättvisa och samverkan är grundläggande värden. Som `fredens öar´ kan Åland fungera som en modell för andra samhällen, genom att visa att långsiktig hållbarhet och mänsklig blomstring går hand i hand.

5

`Miljöansvar, social rättvisa och medmänsklighet´ handlar inte bara om enskilda åtgärder eller värden utan om ett sammanhängande förhållningssätt där människa och natur förenas i ett hållbart samspel i en gemensam framtid.

I den ursprungliga texten låg tyngdpunkten på specifika miljöfrågor som `fossila bränslen´, vilket riskerade att kännas begränsat. Genom att använda uttryck som `miljöansvar´ och `i harmoni med naturen´ breddar vi kontexten till att omfatta hela vårt förhållningssätt till miljön – från biologisk mångfald (en särskilt utmaning just nu i status rapport 6) till hållbar resursanvändning. Detta gör texten mer inkluderande och framåtblickande: viktigt i en tid där debatter som vindkraft kan splittra snarare än förena.

6

"Vår vision" handlar om en gemensam strävan där både samhället och individen bidrar till en hållbar framtid genom sina handlingar och val.

Att använda `vår vision´ istället för denna vision skapar en stark känsla av ägarskap och delaktighet. Där en `princip´ fungerar som vägledning och struktur, inspirerar en `vision´ till långsiktig samverkan och personlig investering. Här tar visionen formen av ett socialt kontrakt – en ömsesidig överenskommelse mellan samhället och individen där båda parter tar ansvar för att tillsammans bygga en framtid som präglas av hållbarhet, rättvisa och gemenskap.

7 Vi ‘skapar förut-sättningar’, inte perfektion i en avslägen framtid. Blomstring bygger på realistiska förvänt-ningar och delat ansvar - att skapa förutsättningar där varje individ kan växa och bidra på sitt sätt.

Att tala om att skapa förutsättningar innebär att fokusera på det möjliga snarare än det perfekta. Det handlar inte om att skapa en utopisk värld utan om att forma omständigheter där människor kan må bra, utveckla sina gåvor och bidra till samhället utifrån sina unika förutsättningar. Genom att erkänna livets komplexitet och variationer visar vi att blomstring inte kräver perfektion, utan en medveten och inkluderande process där både individ och samhälle har sin del i ansvaret.

8 Samtidigt är blomstring en resa som bygger på individens fria vilja. Blomstring är inte något som kan överlämnas till andra - det är ett aktivt ansvar som var och en måste ta för sig själv och för sitt samhälle.

I en tid då många förlitar sig på att andra ska lösa problemen - staten, organisationer eller någon annan - påminner ‘Alla kan blomstra’ oss om att verklig förändring börjar med oss själva. Det är inte något vi kan köpa oss fria från genom skatter eller delegera till andra. Blomstring kräver ett medvetet val att bidra, att delta och att ta ansvar för våra handlingar. Det är en pågående process där varje individ, genom sina val och sitt engagemang, bygger både sin egen och samhällets framtid.

9 Värden som tillit, gemenskap, motstånds-kraft, rättvisa och identitet är djupt förankrade i Ålands själ- de utgör grunden för vår gemensamma framtid. Våra åländska grundläggande värden är inte förhandlingsbara.

I tider av osäkerhet och förändring är det viktigt att vi håller fast vid de värden som definierar oss som samhälle. Dessa värden är inte bara riktmärken för vad vi strävar efter, utan också en påminnelse om vårt ansvar att bevara och stärka det som gör oss unika. De representerar en social och kulturell kompass som vägleder oss, oavsett de utmaningar eller möjligheter vi möter. Åland har alltid stått för samverkan, rättvisa och respekt, och dessa principer förblir vår fasta grund även när omvärlden förändras.

10 Blomstring handlar om att dela både framgångar och motgångar - att stärka varandra i svåra tider och fira tillsammans när vi lyckas.

Vi är inte ensamma i denna resa. Vår styrka ligger i gemenskapen och i insikten att vi är del av något större än oss själva. När vi möter utmaningar, bygger vi motståndskraft genom att stötta varandra, och när vi upplever framgångar, fördjupas vår gemenskap genom att fira tillsammans. Det är denna balans mellan individuella och kollektiva erfarenheter som gör att vi inte bara överlever, utan också blomstrar som samhälle. Det påminner oss om att vi alla har en roll att spela, och att våra handlingar, oavsett hur små, bidrar till något större.

11 `En resa där varje steg” och “i varje val, varje möte, och i varje handling...” Varaktig förändring sker genom handlingar som upprepas och byggs på över tid....” Vid tid får vi en levande praxis.

Blomstring om att välja om och om det som är viktigt, även när det är svårt. Det är inte tillräckligt att en gång säga ja till en vision eller ett ideal; det kräver ett kontinuerligt engagemang att prioritera och agera utifrån sina värderingar. Varje steg vi tar - varje val, möte och handling - är en möjlighet att förnya vårt engagemang för det som verkligen betyder något. Det är inte de stora gesterna som skapar hållbar förändring, utan den dagliga, stegvisa processen där vi, medvetet och konsekvent, prioriterar och stärker våra värden. Genom denna ständiga bekräftelse blir blomstring inte bara ett mål, utan en vana och en ny verklighet.



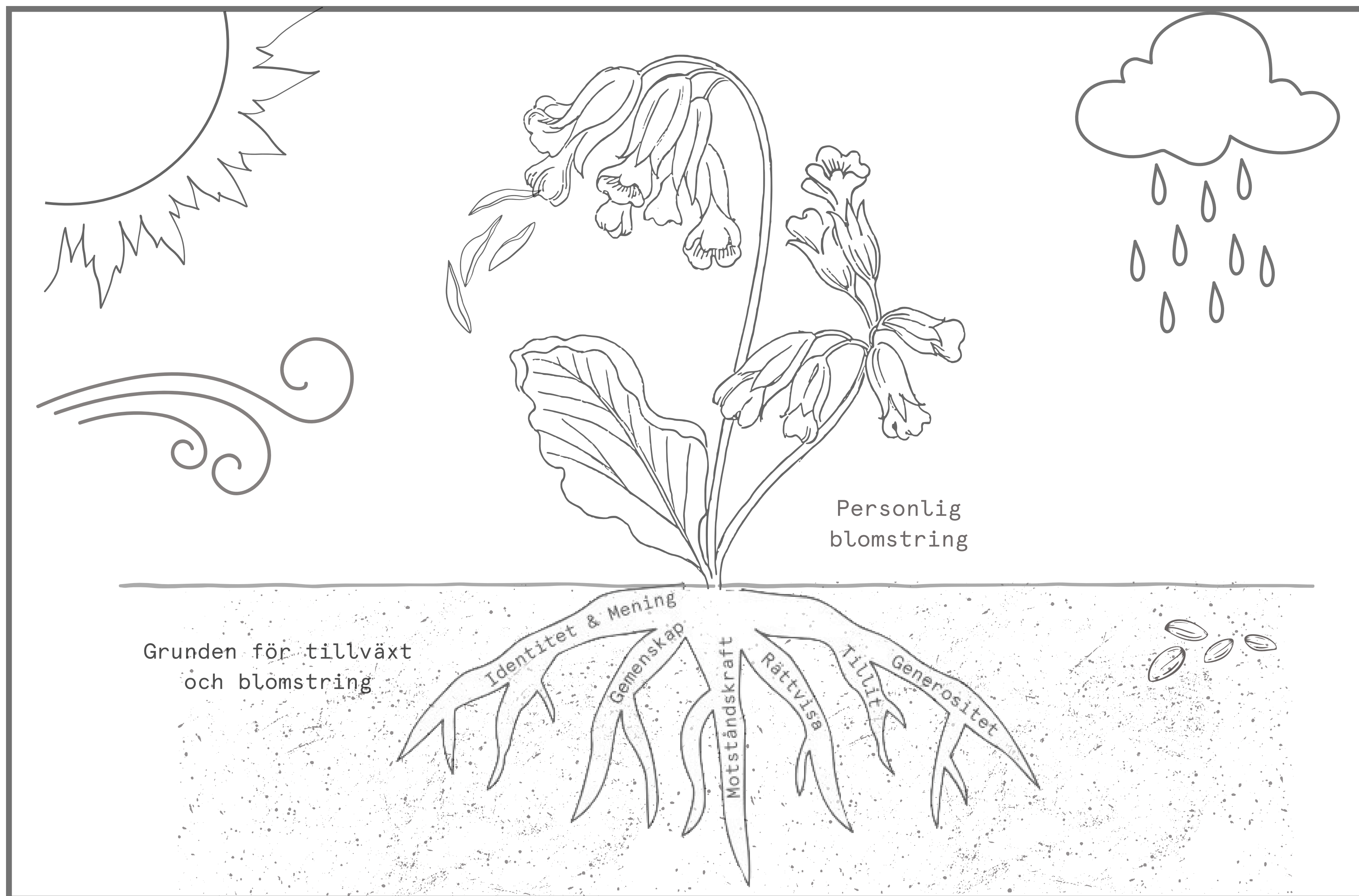
Illustrationer: verktyg för att förstå och engagera

Ord kan beskriva idéer och skapa en grund, men ibland behövs något mer - en bild som säger tusen ord och ger en känsla av helhet. Illustrationer väcker känslor och engagemang, samtidigt som de tydliggör kopplingar som ord ibland har svårt att fånga. De erbjuder ett sätt att se hur värderingar, handlingar och resultat samspelar för att skapa ett blomstrande samhälle.

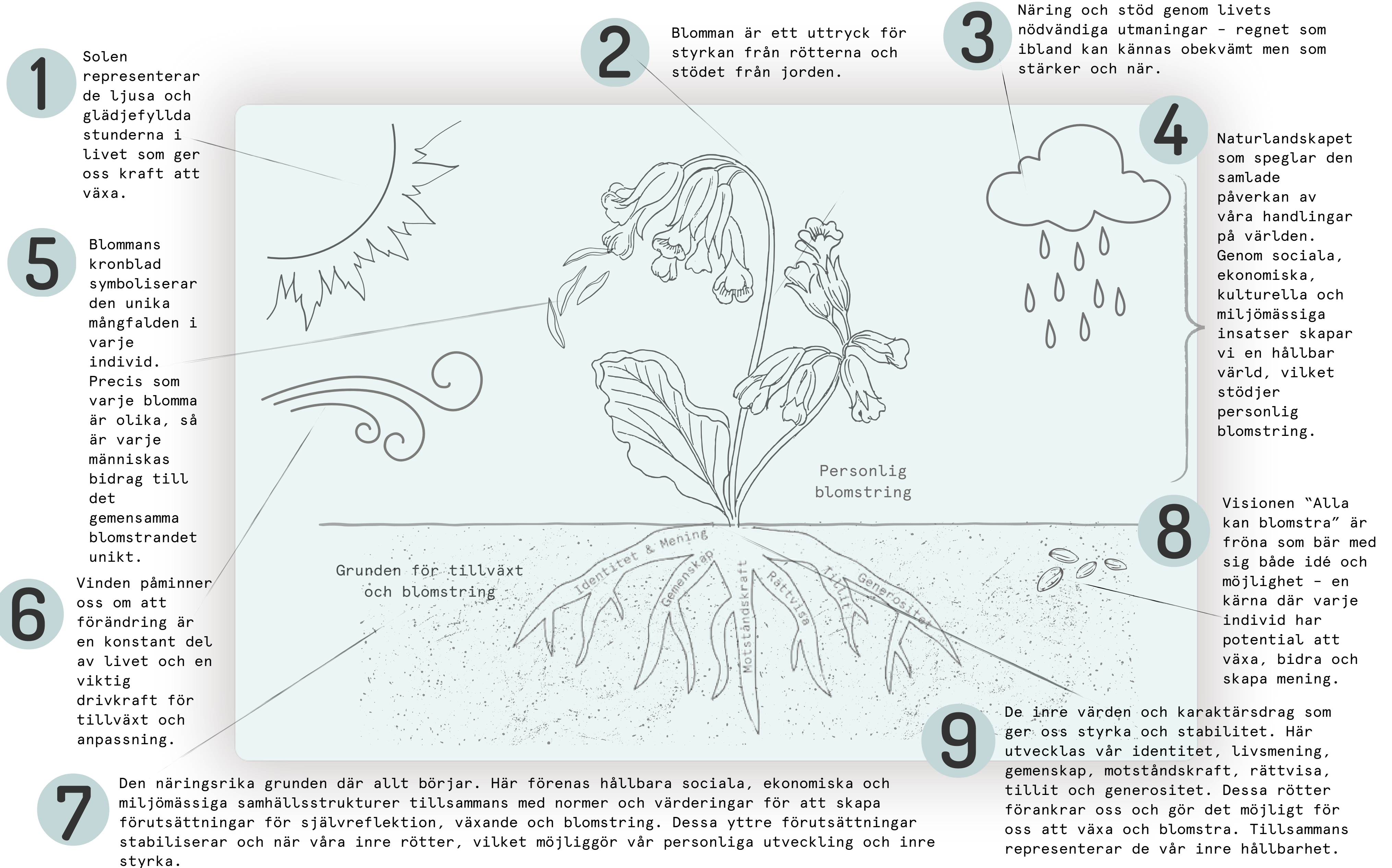
Då blir illustrationen mer än en bild - det blir ett verktyg för att utforska och reflektera som en central del av berättandet och kommunikationen. Genom att använda färger, former och komposition kan illustrationer väcka känslor och engagemang hos betraktaren, vilket gör dem till en kraftfull del av kommunikationen som ger en känsla av sammanhang och riktning. En tydlig och minnesvärd illustration, särskilt i en värld där vi ständigt bombarderas med information, kan skära igenom bruset och skapa ett starkt engagemang. Den har kraften att fånga uppmärksamheten och föra samman abstrakta idéer med konkreta kopplingar. På så sätt belyser den sambandet mellan individ, gemenskap och samhälle och gör det lättare att förstå och ta till sig budskapet.

Illustrationers primärt uppgift är att inspirera, skapa dialog och bidra till en tydligare väg framåt. Genom att kombinera enkelhet och djup hjälper den oss att förstå hur visionens delar kan stärka varandra. Detta ger var och en möjlighet att hitta sin plats i helheten och se hur små steg kan leda till stora förändringar.




Personlig
blomstring
Grunden för tillväxt
och blomstring
Identitet & Mening
Gemenskap
Motståndskraft
Rättvisa
Tillit
Generositet

Insikter som belyser fördjupning och utveckling



1 Solen representerar de ljusa och glädjefyllda stunderna i livet som ger oss kraft att växa.

2 Blomman är ett uttryck för styrkan från rötterna och stödet från jorden.

3 Näring och stöd genom livets nödvändiga utmaningar – regnet som ibland kan kännas obekvämt men som stärker och när.

4 Naturlandskapet som speglar den samlade påverkan av våra handlingar på världen. Genom sociala, ekonomiska, kulturella och miljömässiga insatser skapar vi en hållbar värld, vilket stödjer personlig blomstring.

5 Blommans kronblad symboliserar den unika mångfalden i varje individ. Precis som varje blomma är olika, så är varje människas bidrag till det gemensamma blomstrandet unikt.

6 Vinden påminner oss om att förändring är en konstant del av livet och en viktig drivkraft för tillväxt och anpassning.

7 Den näringsrika grunden där allt börjar. Här förenas hållbara sociala, ekonomiska och miljömässiga samhällsstrukturer tillsammans med normer och värderingar för att skapa förutsättningar för självreflektion, växande och blomstring. Dessa yttre förutsättningar stabiliserar och när våra inre rötter, vilket möjliggör vår personliga utveckling och inre styrka.

8 Visionen "Alla kan blomstra" är fröna som bär med sig både idé och möjlighet – en kärna där varje individ har potential att växa, bidra och skapa mening.

9 De inre värden och karaktärsdrag som ger oss styrka och stabilitet. Här utvecklas vår identitet, livsmening, gemenskap, motståndskraft, rättvisa, tillit och generositet. Dessa rötter förankrar oss och gör det möjligt för oss att växa och blomstra. Tillsammans representerar de vår inre hållbarhet.

Komponenterna för blomstring



Fröet

Visionen "Alla kan blomstra" är fröna som bär med sig både idé och möjlighet - en kärna där varje individ har potential att växa, bidra och skapa mening. Det är ur dessa frön som hela visionen spirar, och de innehåller kraften att förvandla en vision till verklighet, en idé till handling.

Jorden

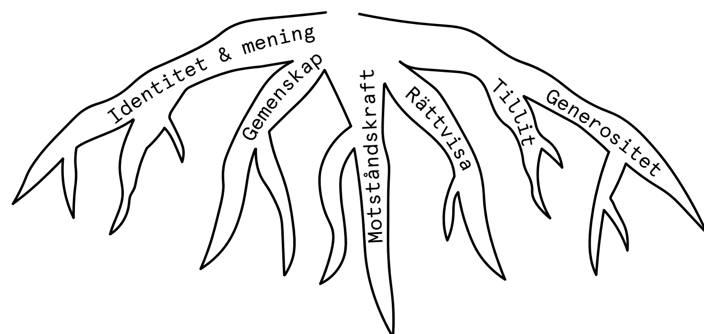
De praktiska förutsättningarna för tillväxt, som utbildning, hälsa och samhälleligt stöd, men också vår jord i bokstavlig bemärkelse - naturens resurser och vår gemensamma planet. Jorden representerar stabiliteten och de hållbara samhällsstrukturer som möjliggör blomstring, både genom att ge oss det vi behöver för att leva och genom att påminna oss om vårt gemensamma ansvar att vårda den för framtida generationer.



Rötterna (inre hållbarhet)

Rötterna i illustrationen representerar inre hållbarhet - de universella värden som ger styrka, stabilitet och näring åt ett blomstrande samhälle. Precis som rötter förankrar en planta i jorden och ger den möjlighet att växa, fungerar dessa värden, djupt rotade i nordiska ideal, som grunden för mänsklig utveckling och välbefinnande.

Rötterna symboliserar också mötet mellan den inre resan och de yttre förutsättningarna - den plats där intention, värderingar och handlingar får fäste. De utgör en osynlig men avgörande grund som bär upp allt annat i illustrationen.



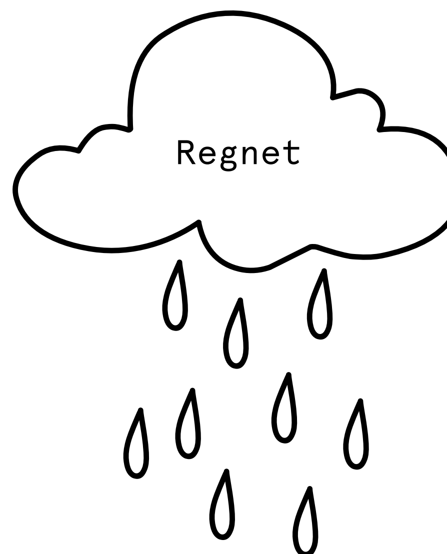
1. Tillit: Grundstenen för relationer och samarbete, som skapar trygghet och möjliggör gemensamma framsteg.
2. Gemenskap: Känslan av tillhörighet och stöd som stärker individer och bygger samhällen.
3. Motståndskraft: Förmågan att möta och återhämta sig från svårigheter, en egenskap som stärker både individer och gemenskaper.
4. Generositet: Förmågan att frivilligt ge av sig själv–sin tid, resurser och omtanke–till andra utan att förvänta sig något tillbaka.
5. Rättvisa: Principen om rättvisa och jämlikhet, som säkerställer att alla har möjlighet att blomstra.
6. Identitet & mening: Genom att förstå vem vi är och värdesätta det viktigaste, skapar vi mening och stabil självkänsla. Identitet och mening flätas samman; vår uppfattning om syfte påverkas av intressen, styrkor och perspektiv.



Årstiderna

Livets faser som kräver både reflektion och förnyelse, från prövningar (vinter) till möjligheter (vår). Precis som vädret är livet föränderligt och varje årstid har sin egen unika roll i vår resa. Vinter står för vila och eftertanke, där vi kan förnya oss själva och förbereda för det som kommer. Vår är tiden för nya möjligheter och tillväxt, sommar för blomstring och glädje, och höst för insamling och reflektion. Det är i de växlande årstiderna och omständigheterna i livet vi upptäcker vilka vi är och vad vi är kapabla till. Ett helt liv består av många årstider och variationer, där soliga och stormiga dagar tillsammans formar vår utveckling. Årstiderna påminner oss om att både ljusa och mörka tider behövs för att skapa ett rikt, meningsfullt och ständigt föränderligt liv.

Näring och stöd genom livets nödvändiga utmaningar – regnet som ibland kan kännas obekvämt men som stärker och när. Vattnet representerar de svårare tiderna i livet som lär oss tålamod, uthållighet och kreativitet. Det är i regnet vi får möjlighet att reflektera och bygga den karaktär som hjälper oss att växa starkare. Precis som regnet är livsnödvändigt för jorden, är livets prövningar nödvändiga för att stärka våra rötter och forma vår väg framåt.



Regnet



Vinden

Förändringens kraft och livets osynliga rörelse – vinden kan både bära och utmana oss. En mild bris kan föra med sig nya idéer och möjligheter, precis som förändringar som känns enkla att omfamna. Samtidigt kan starka stormar skaka om och tvinga oss att ompröva våra rötter och vårt fokus. Det är i vindens rörelse – vare sig den bär med sig inspiration eller utmaningar – vi finner förnyelse och utveckling. Vinden påminner oss om att förändring är en konstant del av livet och en viktig drivkraft för tillväxt och anpassning.



Solen

Inspiration, vision och vägledning – det som lyser upp vägen framåt och ger hopp och energi. Solen representerar de ljusa och glädjefyllda stunderna i livet som ger oss kraft att växa. Den inkluderar relationer, som familj och vänner, som skänker glädje och trygghet, samt de framgångar och möjligheter som inspirerar oss att fortsätta framåt. Solen påminner oss om de dagar när vi känner att allt är möjligt, när hopp och inspiration ger oss energi att klara av både vardagen och livets större utmaningar.

Blomman



Personlig blomstring symboliserar tillväxt, kreativitet och interaktion med andra. Blomman är både ett uttryck för skönhet och en symbol för hur människor påverkar sin omgivning. Den visar hur inre utveckling och yttre engagemang samverkar, där vår inre tillväxt bidrar till gemenskapen omkring oss.

Kronblad



Blommans kronblad symboliserar den unika mångfalden i varje individ. Precis som varje blomma är olika, så är varje människas bidrag till det gemensamma blomstrandet unikt. Det är denna mångfald av perspektiv och erfarenheter som ger kraft och skönhet åt hela kollektivet, och som tillsammans skapar ett blomstrande samhälle där alla har sin plats.

Naturlandskap (yttre hållbarhet)

Den samlade påverkan av våra handlingar på den bredare omgivningen, inklusive sociala, ekonomiska, kulturella och miljömässiga aspekter. Yttre hållbarhet skapar en gynnsam miljö där både individer och samhällen kan frodas, och stödjer personlig blomstring och inre hållbarhet. Detta naturlandskap representerar resultaten av våra insatser för att skapa en hållbar värld.

Metaforer – mer än bara bilder

Vid första anblick kan bilder av blommor, rötter, jord och vind verka som en förenklad lek med ord och symboler - trevligt men kanske irrelevant. Men metaforer är inte bara dekorationer; de är kraftfulla verktyg för att skapa förståelse, bygga samband och väcka handling.

Språkforskare och filosofer som George Lakoff och Mark Johnson visar i sin inflytelserika bok Metaphors We Live By (1980) hur metaforer inte bara är ett sätt att prata - de är sättet vi tänker. Genom att koppla abstrakta idéer till konkreta bilder gör metaforer det möjligt för oss att greppa begrepp som annars kan kännas avlägsna och svårförståeliga.

Till exempel när vi säger att vi "bygger" ett samhälle, ser vi det inte som bokstavligt murverk, men metaforen hjälper oss att föreställa oss samhället som något som kräver planering, grundläggning och samarbete. På samma sätt gör metaforen av en blomma - som växer ur starka rötter i näringsrik jord - visionen "Alla kan blomstra" konkret och lättare att förstå. Varje del av blomman, från rötterna till kronbladen, speglar olika aspekter av vad som krävs för att både individer och samhällen ska kunna blomstra.

Men metaforer gör mer än att förklara; de förankrar visionen i något som både känns djupt personligt och samtidigt gemensamt. I "Alla kan blomstra" blir rötter inte bara en symbol för värderingar och stödstrukturer, utan också en levande påminnelse om Ålands själ - gemenskap, ansvarstagande och omtanke om både människor och natur.

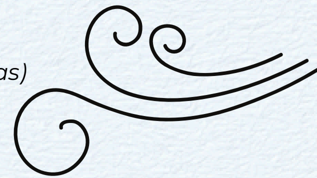
När vi talar om våra rötter knyts visionen till vår historia och identitet. Det åländska handlar om att bry sig om varandra, skapa hållbara relationer och låta alla få möjlighet att växa. Tradition och förnyelse är inte motsatser - de när varandra, precis som rötterna ger liv och styrka åt en blomma. Att använda gullvivan, Ålands landskapsblomma, förstärker kopplingen mellan visionen och platsen där den tar form. Dess skönhet och unika egenskaper speglar vår gemensamma berättelse och värderingar, och hjälper oss att både förstå och känna sambanden som formar vår framtid. För en fördjupning i den språkliga teorin bakom metaforer och deras kraft i att forma vårt tänkande, se bilagor.

Språkets kraft – hur bildspråk skapar förståelse

Illustrationen för "Alla kan blomstra" bygger på väletablerade språkliga uttryck som gör visionen både universell och lätt att relatera till. Genom att använda idiom och figurer av tal kopplar vi abstrakta idéer till bekanta upplevelser som väder och natur - teman som människor världen över kan identifiera sig med. Hur bildspråk fungerar:

- Universella teman: Naturens och vädrets symbolik är global. Vi delar erfarenheter av vindens förändring, regnets utmaningar och solens inspiration.
- Relatabilitet: Bildspråk förankrar abstrakta idéer i konkreta och igenkännliga upplevelser.
- Emotionell koppling: Genom att använda uttryck som "slå rot" och "förändringens vindar" aktiveras känslor och förståelse på ett djupare plan.

Bara vinden i sig själv visar språkets kraft



"Vinderna vänder" *(förändringar är på väg, och omständigheterna håller på att ändras)*

"Få vind i seglen" *(att få medgång eller extra kraft för att göra framsteg)*

"Som en vindpust" *(något som är flyktigt och snabbt över, nästan obemärkt)*

"Det blåser på toppen" *(att vara i en maktposition eller ledarroll kan vara utmanande och utsatt)*

"Slå vind för sina segel" *(att utnyttja möjligheter eller omständigheter för att komma framåt)*

"Lägga vinden till rätta" *(anpassa sig efter omständigheterna för att få bästa möjliga resultatet)*

"Ta vinden ur seglen" *(att ta bort någons kraft eller motivation, ofta genom att överraska eller vinna argumentet.)*

"I medvind och motvind" *(att fortsätta genom både bra och dåliga tider.)*

"Som en lätt bris" *(något som är behagligt, enkelt och avslappnande)*

"En frisk fläkt" *(en person eller idé som känns ny och uppfriskande, som föränrar stämningen positivt.)*

"Brisa förbi" *(att snabbt och lätt ta sig förbi något eller någon)*

"Vinden har mojnat" *(situationen har lugnat ner sig eller blivit mindre intensiv)*

"Det ligger i luften" *(det finns en känsla av att något är på väg att hända, även om det inte är säkert ännu)*

"Som ett löv för vinden" *(att vara utan riktning eller lätt påverkad av andra)*



Åländska vindord

"platt lungt" *(beskriver en situation till sjöss när det är helt vindstilla)*

"att blystra" *(används för att beskriva när vinden tjuter eller viner)*

"att lygna" *(beskriver när väder eller vind lugnar sig och blir stilla)*

"ilväder" *(betyder oväder eller stormigt väder)*

"vingelvant" *(en som vänder kappan efter vinden)*

"att boga" *(beskriver när vinden ändrar riktning)*

"som eld och tjära" *(åländska för att beskriva vinden vid ett hastigt väderomslag. Det antyder intensitet och rasande fart, särskilt när stormar bryter ut efter lugnare väder.)*

Sammanfattning: "Illustrationen om mänsklig blomstring": En helhetssyn för individuell tillväxt

"Illustrationen om mänsklig blomstring" erbjuder en helhetsbild av hur rötterna, jorden, vädret, årstiderna och kronbladen samverkar för att stödja personlig tillväxt. Den fungerar som en central del av berättandet, och genom sin struktur belyser den vikten av både inre och yttre balans i en hållbart liv. Den belyser att mänsklig blomstring är både ett mål i sig och en del av något större, och fungerar som en vägledning för att identifiera viktiga aspekter av blomstring:

Valet av en gullviva (primula veris) som blomman knyter an till öriket Åland, och är välkänd och älskad i den nordiska naturen, symboliserar den balans som krävs mellan individens inre utveckling och yttre hållbarhet. Miljön, i detta sammanhang, både påverkar och stöder individer och åländska samhällen i deras gemensamma resa mot blomstring.

Praktiska tillämpningar

- Självreflektion: Frågor som hjälper individer att identifiera sina rötter och stärka sina värden.
- Gemenskapsaktioner: Dialogmöten och verktyg för att bygga tillit och delaktighet och främja öppna diskussioner.
- Fördjupa med berättelse: Dela relaterbara berättelser om individer eller samhällen som övervann utmaningar och växte sig starkare, knutna tillbaka till visionen "Alla kan blomstra."
- Policy och praxis: Hur institutioner (Ålands landskapsregeringen, kommunerna, föreningar) kan använda kartan som en grund för olika initiativ.

Reflektionsfrågor på nästa sidan är utformade för att:

- Uppmuntra självreflektion för att fördjupa förståelsen för kärnvärdena (rötterna): Exempel: "Vilka av dina rötter känns starkast just nu?"
- Inspirera handlingskraftiga steg för personlig tillväxt och samhällsengagemang: Exempel: "Hur kan du stärka din relation till gemenskapen omkring dig?"
- Främja dialog i gruppmiljöer för att skapa delad förståelse och förtroende: Exempel: "Vad kan du göra för att bättre förstå hur någon annan ser på en viss situation eller utmaning?"
- Ge verktyg för motgångar (dåliga väder eller svårare årstider) Exempel: "Vad kan du göra när du upplever en period av motgångar eller prövningar?"

För att göra riktningen mer praktisk och tillgänglig kan en arbetsbok eller övningsblad som en utgår en del av en toolkit skapas och delas ut för dialogmöten och andra aktiviteter.

Utforska rötterna: frågor för reflektion och tillväxt

Tillit

- Vilka människor i ditt liv litar du på mest, och varför?
- Hur kan du stärka förtroendet i dina relationer och bygga tillit till människor du inte känner?
- Hur påverkar tillit din känsla av trygghet och din vilja att ta risker?

Gemenskap

- På vilka sätt känner du dig som en del av ett större sammanhang?
- Vad kan du bidra med till din gemenskap för att stärka dess sammanhållning?
- Hur kan du skapa utrymme för andra att känna sig inkluderade och hörda?

Motståndskraft

- Vilka utmaningar har du övervunnit i ditt liv, och vad lärde du dig av dem?
- Hur återhämtar du dig från motgångar, och vilka strategier kan hjälpa dig att bli starkare?
- Hur kan du hjälpa andra att hitta styrka i svåra tider?

Generositet

- Vad betyder generositet för mig, och hur visar jag det i mitt dagliga liv?
- När var jag senast mottagare av någons generositet, och hur påverkade det mig?
- Hur balanserar jag generositet mot mina egna behov och gränser?

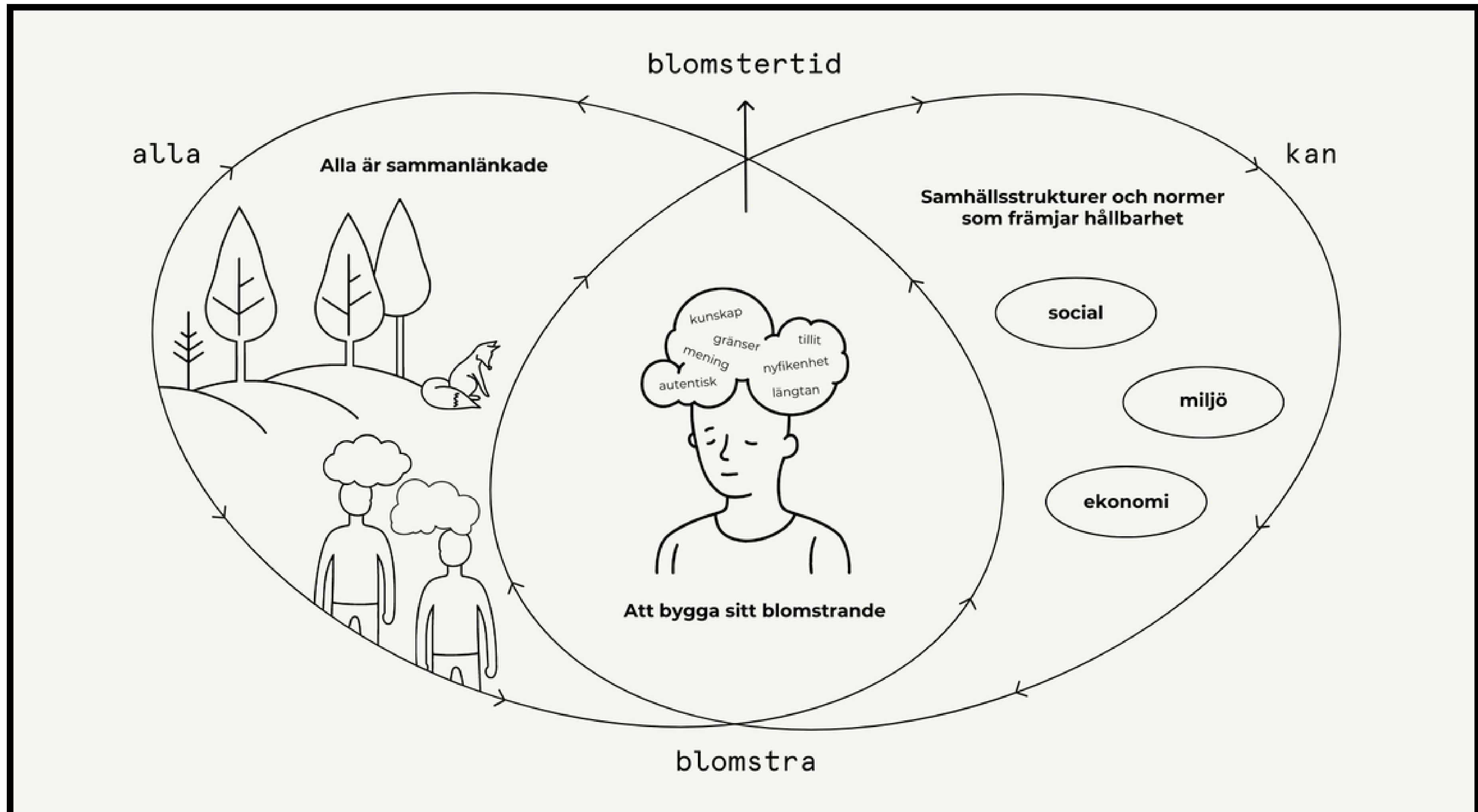
Rättvisa

- Vad betyder rättvisa för dig, och hur ser du det i din vardag?
- Vilka orättvisor vill du arbeta för att förändra, och hur kan du börja?
- Hur kan du skapa rättvisa i de relationer och sammanhang du är en del av?

Identitet & mening

- Hur definierar du dig själv, och vilka delar av din identitet är viktigast för dig?
- Hur har din identitet utvecklats över tid, och vilka faktorer har påverkat den?
- Vad vill du att andra ska veta om dig, och hur kan du uttrycka din identitet på ett autentiskt sätt?
- Vad ger dig mest mening och syfte i ditt liv? Hur kan du skapa mer meningsfullhet i vardagen?
- Vilka handlingar kan du göra för att bidra till något större än dig själv?

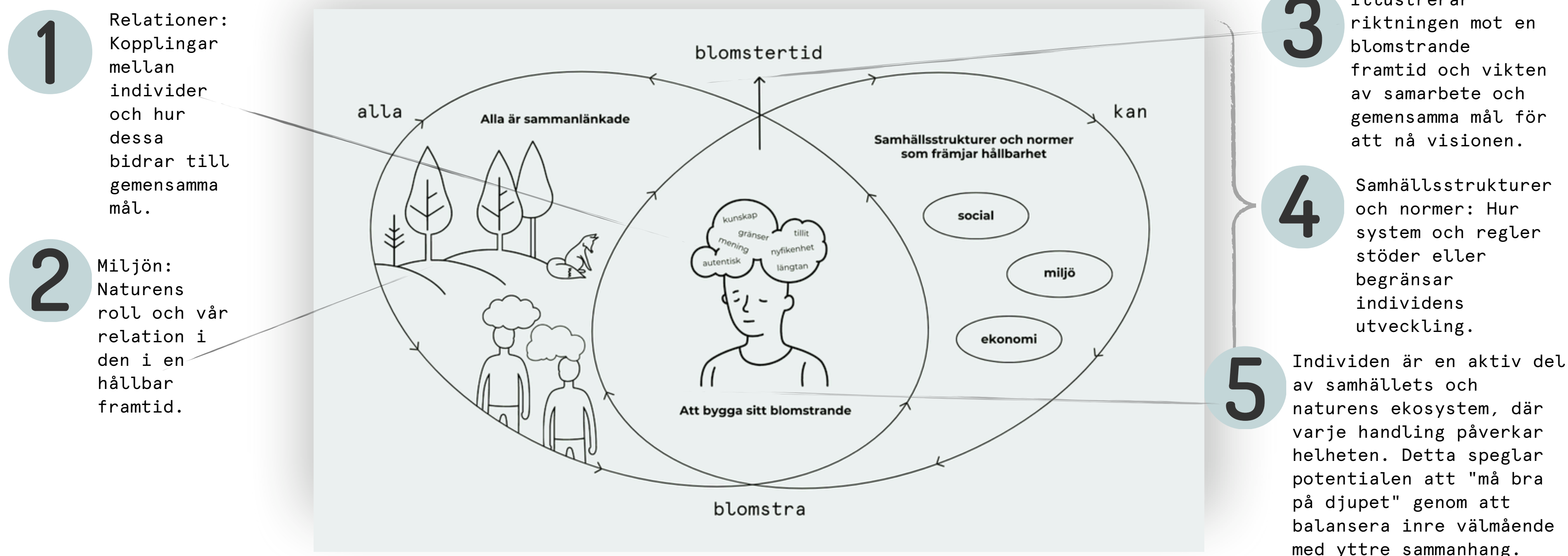
Illustrationen "Alla kan blomstra": En helhetsbild av samspel mot en blomstrande framtid



Insikter som belyser fördjupning och utveckling

Med kännedom om hur individer blomstrar tack vare sina rötter, jorden, vädret, årstiderna och sina unika kronblad, leder helhetsillustrationen oss till en annan synvinkel: att förstå hur individens välbefinnande (att må bra på djupet) är oupplösligt sammanlänkat med naturen, samhällets strukturer och normer. Den bidrar till förståelsen av att visionen omfattar både det individuella och det kollektiva, och visar hur dessa aspekter samspelar och stärker varandra. Här visar vi hur varje individs välmående är oupplösligt sammanlänkat med samhällets strukturer och normer, och hur detta påverkar och påverkas av gemensamma mål.

Helhetsillustrationen bygger vidare på insikterna från blomstringsillustrationen och placerar individen i en helhetskontext där relationer, samhällsstrukturer och natur samverkar. Den belyser hur normer och system, tillsammans med miljö och relationer, påverkar både individuell och kollektiv utveckling samt hur individens handlingar kan bidra till gemensamma mål. Den lyfter fram:



Illustrationer som inspirerar till handling och förändring

Helhetsillustrationen och blomstringsillustrationen är viktiga verktyg för att förmedla visionen "Alla kan blomstra." Dessa bilder hjälper till att förstå hur individens välbefinnande i samspel med naturen och samhället skapar grunden för både personlig och kollektiv blomstring. De sex rötterna, såsom identitet, tillit och gemenskap, förstärker sambandet mellan individens värderingar och den yttre världen.

De sju stegen, som beskrivs i nästa avsnitt, visar vägen från reflektion och medvetenhet till handling och hållbar utveckling. Illustrationerna underlättar visualiseringen av detta samband och hjälper till att konkretisera visionen. Dessutom lägger de grunden för framtida illustrationer som kan inspirera till handling och ge vägledning genom de sju stegen i processen mot blomstring.

Möjliga illustrationer av sex rötter

Identitet och mening

Illustrationidé: *En ensam gullviva som växer från en sprucken sten, vars djupa rötter sträcker sig djupt i marken, och dess kronblad börjar öppna sig mot ljuset. Detta representerar identitetens roll som stabilitet och mening i livet, även under utmanande förhållanden.*

Budskap: *"Att förstå vem du är och vad som ger dig mening är grunden för personlig blomstring och för att hitta riktning i livet."*

Tillit

Illustrationidé: *Ett nätverk av rötter som kopplar samman flera träd, symboliserar samhörighet och stöd.*

Budskap: *"Tillit är grunden för starka relationer och kollektivt välmående."*

Motståndskraft

Illustrationidé: *Rötter som växer runt stenar och hinder, symboliserar anpassning och styrka.*

Budskap: *"Motgångar är möjligheter att bygga styrka och utvecklas."*

Rättvisa

Illustrationidé: *Rötter som sprider resurser jämnt i marken, symboliserar balans och rättvisa.*

Budskap: *"Rättvisa skapar förutsättningar för alla att blomstra."*

Generositet

Illustrationidé: *Rötter som flätas samman med andra träd och delar näring, vilket symboliserar ömsesidig generositet.*

Budskap: *"Generositet stärker gemenskap och bygger förtroende."*

Gemenskap

Illustrationsidé: *En vacker trädgård fylld med olika blommor, där varje blomma representerar en unik individ. Blommorna växer sida vid sida, deras färger och former varierar, men tillsammans skapar de en harmonisk och färgstark helhet.*

Budskap: *"Varje individ bidrar med sin egen skönhet, och tillsammans skapar vi en gemenskap som är starkare och rikare än något vi kan åstadkomma ensamma."*

För att skapa verklig förändring måste vi fråga oss: Vilka krafter håller oss tillbaka? Vilka barriärer kan vi identifiera och gemensamt övervinna? Hur förvandlar vi våra idéer till verklighet och skapar förutsättningar för blomstring, både inom oss själva och i världen omkring oss? Illustrationerna behöver tala till dessa verkliga frågor och inspirera till lösningar.

Idéer för illustrationer

1

"Illustration om personlig blomstring och rötter"(Självinsikt och sex värderingar) s.14-15, Vitboken

Beskrivning: Blomman representerar individens yttre utveckling och de värderingar som rötterna ger näring åt. Kombinationen av blomman och fröet visualiserar hur personlig blomstring tar sin början med inre hållbarhet.

Syfte: Hjälpa individer att reflektera över sina inre värderingar och självinsikt. Detta steg belyser grunden för personlig blomstring genom att utforska de dolda "rötterna" som ger stabilitet och näring.

Nyckelbudskap: "Personlig blomstring inleds med att förstå, förankra och fördjupa dina rötter och värderingar."

2

"Illustration om självreflektion, perspektiv och landskap" (Självreflektion och perspektiv i samspel med sin omgivning)

Illustrationsidé: Jord med lager som symboliserar olika aspekter av identitet - som erfarenheter, utmaningar, värderingar ("rötter") och fördomar - där varje lager bidrar till en djupare förståelse och näring för tillväxt. Illustrationen är kompletterad med ett naturskönt landskap i bakgrunden, vilket understryker sambandet mellan individens reflektion och den yttre miljön.

Syfte: Utforska hur individens bakgrund, erfarenheter och identitet formar deras världsbild och engagemang för förändring.

Nyckelbudskap: "Vår bakgrund, våra erfarenheter och miljön vi befinner oss i formar oss, men reflektion ger oss möjligheten att förstå dessa influenser och agera på nya sätt."

3

Illustration om djupa rötter och relationer (Självinsikt och samhörighet)

Illustrationsidé: Flera blommor i natur med rötter som sprider sig genom jorden och flätas samman med andra rötter, vilket representerar gemenskap, relationer och delade värderingar.

Syfte: Betona vikten av att bygga starka rötter genom självreflektion och förståelse för kopplingarna till andra.

Nyckelbudskap: "Djupa rötter förankrar oss och kopplar oss till helheten."

Idéer för illustrationer

4

"Illustration: En blomma som står emot livets prövningar" (Utmaningar och motståndskraft)

Illustrationsidé: En blomma som står stadigt trots starka vindar, med böjliga stjälkar och rötter djupt förankrade i rik marken, vilket symboliserar hur vi kan stå emot livets stormar och finna styrka även i motgång.

Syfte: Hantera hinder och utmaningar som försvårar tillväxten, samtidigt som motståndskraft och anpassningsförmåga lyfts fram.

Nyckelbudskap: "Motgångar formar oss, även när vinden blåser som hårdast. Det är rötterna vi har byggt som kan ge oss styrka att stå stadigt att stå emot livets stormar och fortsätta växa."

5

"Illustration om att växa och blomstra mot ljuset" (Handlingar och syfte)

Illustrationsidé: En planta som sträcker sig upp mot solen, med kronblad som börjar blomma och nya blad som vecklas ut. Ljuset kan symbolisera gemensamma ambitioner eller vägledande principer, medan blomningen representerar de handlingar och resultat som bidrar till helheten.

Syfte: Inspirera till handling och visa vägen framåt när individer och samhällen strävar mot sina mål.

Nyckelbudskap: "Tillväxt sker när vi sträcker oss mot våra ambitioner tillsammans, särskilt när vi har andras ljus att vägleda oss mot ett gemensamt mål och syfte."

6

"Illustrationen om att blomstra fullt ut" (Individuell och kollektiv blomstring)

Illustrationsidé: Flera blommor i natur med rötter som sprider sig genom jorden och flätas samman med andra rötter, vilket representerar gemenskap, relationer och delade värderingar.

Syfte: Visa förverkligandet av potential, både individuellt och kollektivt, i ett blomstrande samhälle.

Nyckelbudskap: "När vi blomstrar som individer bidrar vi till att alla blomstrar."

7

"Illustrationen om att så nya frön" (Hållbarhet och arv)

Illustrationsidé: En blomma som sprider frön i vinden, där några landar i bördig jord. Detta kan symbolisera mentorskap, samhällsbyggande eller långsiktig planering.

Syfte: Betona den cykliska naturen av tillväxt och vikten av att ge tillbaka och säkerställa hållbarhet.

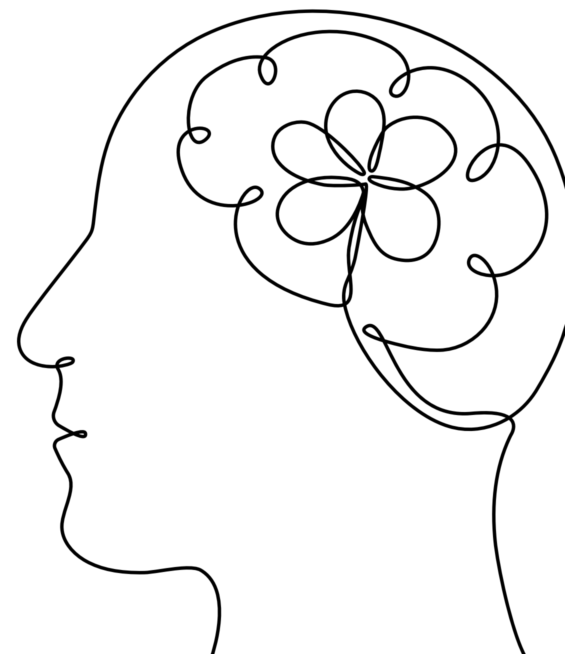
Nyckelbudskap: "Varje blomstringsresa planterar frön för framtida tillväxt."

Genom att visualisera processen att blomstra - från starka rötter till stödjande gemenskaper och resurser - visar bilden att varje steg spelar roll. Den signalerar att vi inte behöver förändra allt på en gång. Små, riktade handlingar kan göra stor skillnad, och det är oftast små handlingar som leder till långvariga utvecklingar i samhället.

Bilden visar att blomstring inte är något som händer av sig själv. Den kräver insats, val och vilja. Detta stärker känslan av egenmakt: vi är inte bara passiva mottagare i livet utan aktiva odlare av vår egen tillväxt och vår gemenskap.

En startpunkt för samtal och samarbete

Att skapa en naturguide för inre hållbarhet är en inspirerande idé som kan hjälpa oss att utforska vårt inre landskap, på samma sätt som vi upptäcker den yttre naturen. En sådan guide kan erbjuda verktyg och övningar för självrannsakan, mindfulness och emotionell intelligens. Genom att använda naturmetaforer kan vi lära oss att vårda vårt inre liv, precis som vi sköter om en trädgård.



Arbetet med inre hållbarhet handlar om att bygga en grund av självmedkänsla, balans och resiliens. Genom att identifiera våra inre resurser och förstå vad som ger oss energi eller dränerar oss, kan vi skapa en inre miljö som stödjer vårt välbefinnande. I möten, workshops eller utbildningssammanhang kan guiden stimulera djupare samtal om personlig och kollektiv hållbarhet.
Genom att dela våra upplevelser skapar vi en gemenskap som stärker varandras inre tillväxt. När vi lär oss att förstå och respektera våra egna känslor och behov, blir vi också bättre rustade att hantera livets utmaningar - tillsammans.

Mätning av blomstring

För att skapa en hållbar vision där ”Alla kan blomstra” behövs tydliga metoder för att mäta framsteg och effekter. En robust mätning ger inte bara insikter om hur väl vi når våra mål, utan fungerar även som ett verktyg för att identifiera områden där ytterligare insatser behövs. Harvard Universitys blomstringsmått erbjuder en beprövad och vetenskapligt grundad modell för att mäta personlig och samhällelig blomstring. Denna modell är särskilt relevant eftersom den kombinerar holistiska mått som inkluderar både individuella och kollektiva aspekter, vilket skapar en balanserad metod för att bedöma välbefinnande. Modellen erbjuder en strukturerad ram för att förstå blomstring som en kombination av fysiskt, emotionellt och socialt välbefinnande, samt djupare dimensioner som mening och karaktärsutveckling.

Vad är blomstringsmått och varför är mätning avgörande?

Blomstringsmått är indikatorer som gör det möjligt att mäta välbefinnande och utveckling på ett holistiskt sätt. Harvard-modellen fokuserar på sex huvudområden som utgör grunden för blomstring:

1. Psykisk och fysisk hälsa: Hur individer upplever sin hälsa och kroppsliga funktioner.
2. Nöjdhet med livet: Närvaro av positiva känslor och avsaknad av negativa känslor.
3. Sociala relationer: Kvalitet och djup i relationer med andra människor.
4. Ekonomisk trygghet: Upplevelsen av ekonomisk trygghet och resurser för att leva ett gott liv.
5. Meningsfullhet: En känsla av mening, syfte och överensstämmelse med sina värderingar.
6. Karaktärsdrag: Utvecklingen av förmågor som bidrar till motståndskraft och långsiktig tillväxt.

Observera: Dessa termer motsvarar den terminologi som ÅSUB använde i “Tillitsstudie för Åland” 2022

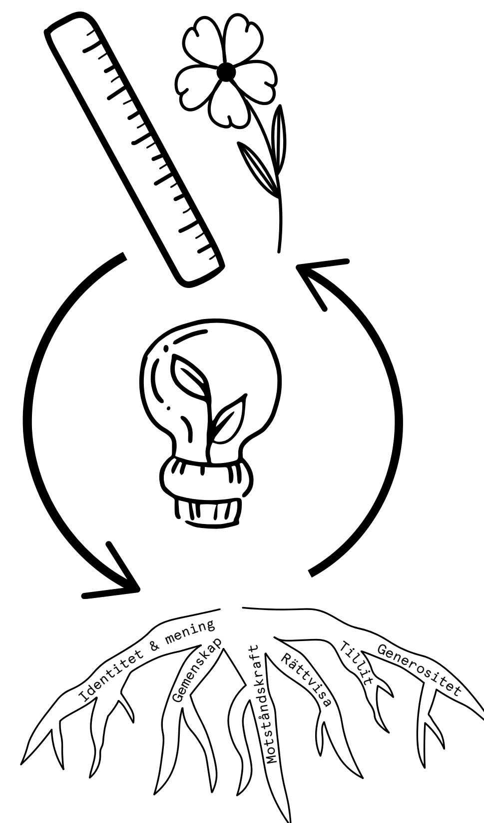
Blomstring är en komplex process som omfattar både individuella och samhälleliga dimensioner. Genom att använda blomstringsmått kan vi:

- <u>Utvärdera framsteg:</u> Mätning visar hur insatser och strategier leder till konkret förbättring.
- <u>Förstå hinder:</u> Identifiera områden där individer eller grupper upplever svårigheter att blomstra.
- <u>Inspirera till handling:</u> Synliga resultat kan engagera fler i processen och skapa momentum för förändring.
- <u>Skapa ansvarighet:</u> Med tydliga mått kan organisationer och samhällen hållas ansvariga för sina mål.

Att koppla blomstringsmått till rötterna

De sex blomstringsmåtten från Harvard - Psykisk och fysisk hälsa, Nöjdhet med livet, Sociala relationer, Ekonomisk trygghet, Meningsfullhet och Karaktärsdrag- överlappar naturligt med de sex rötterna i "Alla kan blomstra."

- <u>Identitet och Mening</u> tydligt reflekterar sambandet med <u>Karaktärsdrag</u> och <u>Meningsfullhet</u>, då självinsikt och syfte skapar stabilitet och riktning.
- <u>Gemenskap</u> speglar <u>Sociala relationer</u> genom att fokusera på relationer och samhörighet.
- <u>Motståndskraft</u> sammanfaller med <u>Karaktärsdrag</u> genom att stärka individens förmåga att hantera utmaningar.
- <u>Rättvisa</u> påverkar <u>Nöjdhet med livet</u> och <u>Sociala relationer</u> genom att främja upplevelser av rättvisa och jämlikhet.
- <u>Tillit</u> förstärker <u>Sociala relationer</u> genom att bygga ansvar och ömsesidig respekt.
- <u>Generositet</u> direkt bidrar till både <u>Ekonomisk trygghet</u> och <u>Sociala relationer</u> genom att främja delande och stöd.



Hur ser blomstringen ut på Åland?

Den senaste datan från Statusrapport 6 (sid. 17, 3 december 2024) ger en mätbar bild av blomstring på Åland. Harvarduniversitetets Flourish- och Secure Flourish-mått har hittills bara mätts en gång, och resultaten visar en tydlig korrelation mellan ålder och blomstring – där 60+ upplever de högsta värdena.

Samtidigt identifieras två faktorer med statistiskt signifikant negativ påverkan: arbetslöshet och ekonomisk försämring. Personer som varit arbetslösa i minst tre månader de senaste fem åren eller fått en försämrad ekonomi det senaste året uppvisar markant lägre Secure Flourish-värden.

Tidigare forskning bekräftar sambandet mellan ekonomisk trygghet och upplevelsen av blomstring. Därför är det avgörande att inkludera ekonomiska faktorer i analyserna. Ett ökat blomstringsvärde kan också kopplas till mål 2 (Tillit och delaktighet) och arbetet för ekonomisk jämlikhet, där GINI-koefficienten fungerar som en central indikator.

Nöjdhet med livet	Hur nöjd är du på det stora hela med livet nu för tiden?	7,2
	Hur lycklig eller olycklig brukar du känna dig i allmänhet?	6,9
Psykisk och fysisk hälsa	Hur skulle du bedöma din fysiska hälsa?	6,9
	Hur skulle du bedöma din allmänna psykiska hälsa?	7,5
Meningsfullhet	Sammantaget, i vilken utsträckning känner du att det du gör i ditt liv är meningsfullt?	7,4
	Jag förstår mitt syfte i livet.	7,5
Karatärsdrag	Jag agerar alltid för att göra gott under alla omständigheter, även i svåra och utmanande situationer.	8,1
	Jag är alltid beredd att ge upp lite lycka nu för större lycka senare.	7,3
Sociala relationer	Jag är nöjd med mina vänner och relationer.	7,7
	Mina relationer är precis så tillfredsställande som jag vill att de ska vara.	7,2
Ekonomisk trygghet	Hur ofta oroar du dig för att kunna klara dina normala månatliga levnadskostnader?	7,1
	Hur ofta oroar du dig för saker som säkerhet, mat eller bostad?	7,6

Medeltal för delfrågorna som ingår i Flourish-måttet och Secure Flourish måttet (skala 0-10, alla svarande)

Att skapa ett effektivt utvärderingssytem

Genom att inkludera dessa element i utvärderingssystemet kan vi försäkra oss om att varje individs unika bidrag och erfarenheter blir erkända och värderade. Detta främjar en mer dynamisk och inkluderande lärandemiljö som stöder den beskrivna pedagogiken. Här är några möjliga komponenter vi kan implementera:

1. Resultatindikatorer: Använda och vid behov utveckla specifika indikatorer som kan mäta både individuella och kollektiva framsteg. Dessa kan omfatta förändringar i attityder, kunskaper och beteenden som relaterar till diskussionernas ämnen, inklusive lokala perspektiv som tillit till regering och institutioner, erfarenheter av korruption eller socialt engagemang, vilket ÅSUB redan undersöker i viss mån. För att identifiera eventuella luckor kan ytterligare studier beställas för att bättre förstå Ålands unika utmaningar och möjligheter.
2. Mätbara mål: Sätt upp tydliga och mätbara mål för varje workshop, kopplade till de sju stegen och de sex rötterna. Detta kan hjälpa till att tydliggöra vad som ska uppnås och ge en grund för utvärdering.
3. Självutvärdering: Erbjud verktyg för deltagarna att strukturera sina framsteg och insikter, som enkäter och reflekterande dagböcker. Dessa verktyg hjälper dem att förstå sina styrkor och svagheter samt identifiera förbättringsområden.
4. Gruppfeedback: Skapa strukturerade möjligheter för deltagarna att ge och få feedback från varandra. Detta kan göras genom faciliterade diskussioner eller feedback-cirklar där alla röster hörs. Det främjar en öppen och stödjande atmosfär.
5. Observerande utvärdering: Inkludera externa observatörer eller facilitators som kan ge objektiv feedback på processen och deltagarnas interaktioner. Detta kan ge värdefulla insikter om hur väl samskapande och samarbete fungerar.
6. Uppföljning: Planera för uppföljande sessioner där deltagarna får möjlighet att återbesöka sina mål och reflektera över sina framsteg över tid. Detta kan skapa en känsla av kontinuitet och engagemang.

Framtida insatser och nästa steg

För att förankra mätning av blomstring i det praktiska arbete föreslås följande:

1. Utbildning och dialogmöten: Introducera vägledning och verktyg med blomstringsmått till nyckelaktörer genom workshops som kopplar mätning till Ålands vision och lokala förhållanden. Identifiera och utbilda ambassadörer enligt Aktivitetsplan och kommunikationsstrategi.
2. Datainsamling: Samverka med ÅSUB vid behov för att samla in statistik samt för att utforma och genomföra enkäter och intervjuer som bedömer både individuella och samhälleliga aspekter av blomstring.
3. Årliga status rapportering: Ålands hållbarhetsagenda publicerar redan årliga statusrapporter, med den senaste, Status Report 6, publicerad den 3 december 2024. För att ytterligare fördjupa rapporteringen kan de kommande två åren innehålla ett särskilt fokus på inre dimensioner av blomstring. Genom att belysa områden som individers upplevda mening, motståndskraft och socialt välbefinnande kan vi skapa en mer holistisk bild av hur Åland utvecklas mot visionen om hållbarhet och blomstring.
4. Skapa synergier med demokratistärkande åtgärder: Ålands regering arbetar redan aktivt med demokratistärkande åtgärder genom främjandeprogrammet. Genom ett närmare samarbete mellan dessa program och insatser kan vi ytterligare förstärka medborgarnas engagemang och förtroende för politiska och sociala system. Detta inkluderar att koppla blomstringsmått till pågående satsningar för att säkerställa att insatserna är både mätbara och meningsfulla.
5. Integration av inre hållbarhet i samhällsplanering: Integration av inre hållbarhet i samhällsplanering: Bygg in metoder för att stödja individens utveckling som en del av en bredare strategi för hållbar samhällsutveckling.

Att skapa en miljö som främjar blomstringsmått är avgörande för att stärka både individuellt och kollektivt välbefinnande. Detta innefattar att öka medvetenheten och utbildningen kring de faktorer som bidrar till blomstring, samtidigt som vi identifierar och eliminerar hinder. Genom delaktighet och samarbete kan vi bygga en kultur präglad av gemensam utveckling och forma en hållbar och meningsfull framtid för alla på Åland.

Vägledning och verktyg

Trots ambitiösa politiska åtgärder, omfattande samhällsprogram och en växande satsning på hållbarhet, når vi ofta inte de resultat vi hoppas på. Varför?

För att förändring inte bara handlar om strukturer, system och policyer - den handlar om individer. Det är människor som bär upp samhället, formar dess värderingar och ger det riktning. I dagens komplexa värld behöver vi förstå hur samhällsstrukturer och normer påverkar våra liv, samtidigt som vi tar hänsyn till människors unika erfarenheter och behov.

Att arbeta med individer är dock den största utmaningen. Det kräver mod, tålamod och en djup förståelse av vad som driver oss som människor. "Inre hållbarhet" är den sista pusselbiten i hållbarhetsarbetet. Det handlar om att stärka människor inifrån - att utveckla självinsikt, motståndskraft och en känsla av mening och gemenskap. Strukturer kan skapa ramar, men det är genom relationer och personlig utveckling som dessa ramar får verklig betydelse och effekt.

Sociala system och samhällsstrukturer är i grunden summan av individer och deras handlingar. Om vi ser det åländska samhället som en "organisation," kan då de principer och processer som hjälper organisationer att navigera stora förändringar också tillämpas på individer?

Att överbrygga klyftan mellan samhällsstrukturer och människor

I en tid präglad av globala kriser som klimatförändringar, ökande sociala klyftor och minskat förtroende för institutioner står vi inför en avgörande fråga: Hur kan vi skapa verklig förändring? Vi ser att skapa förändring, särskilt på det inre planet, kräver mer än inspirerande principer eller välmenande material. Det kräver en metod - en pedagogik - som ger struktur och trygghet i processen. För många är tanken på inre hållbarhet abstrakt, men med en tydlig steg-för-steg-modell blir det möjligt att omsätta insikter till handling.

Lärdomar från näringslivet visar att beprövade metoder ofta är nyckeln. Harvard Business School professor John Kotters metod för förändringsledning, som har använts av Fortune 500-företag, ideella organisationer och regeringar världen över i nästan 20 år, kan erbjuda en tydlig och strukturerad process för att uppnå hållbara resultat. Den har blivit en guldstandard inom förändringsledning genom att göra visioner till handling och navigera komplexa miljöer med konkret vägledning.

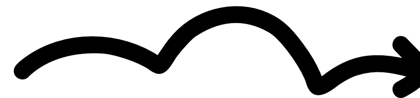
Det är här en process som Kotters blir ovärderlig: den gör det inte bara enklare att förstå vad som behöver göras, utan också hur det kan göras, vilket är avgörande i en nordisk kontext där pragmatism och tydliga strukturer värdesätts högt. Att bygga en vägledning gör den mer tillgänglig och handlingsbar för en kultur som värdesätter tydlighet och konkreta steg framför abstrakta eller överdrivet introspektiva metoder.

Vi vet väl att individer påverkar samhället, inte bara tvärtom. Genom att arbeta med den inre världen - att stärka självinsikt, motståndskraft och gemenskap - kan vi skapa förändring som sprider sig utåt. När individer får verktyg och vägledning för att utvecklas skapas en kedjereaktion som påverkar samhällsstrukturer positivt. Detta är inte bara en teoretisk tanke; det är en praktisk strategi för att bygga ett mer hållbart och blomstrande samhälle.

Kotters 8 steg för förändring

1. *Skapa en känsla av brådska*
2. *Bygg en vägledande koalition*
3. *Utveckla en vision och strategi*
4. *Kommunicera förändringsvisionen*
5. *Möjliggör bredbaserade åtgärder*
6. *Skapa kortsiktiga framgångar*
7. *Konsolidera vinster och skapa mer förändring*
8. *Förankra nya tillvägagångssätt i kulturen*

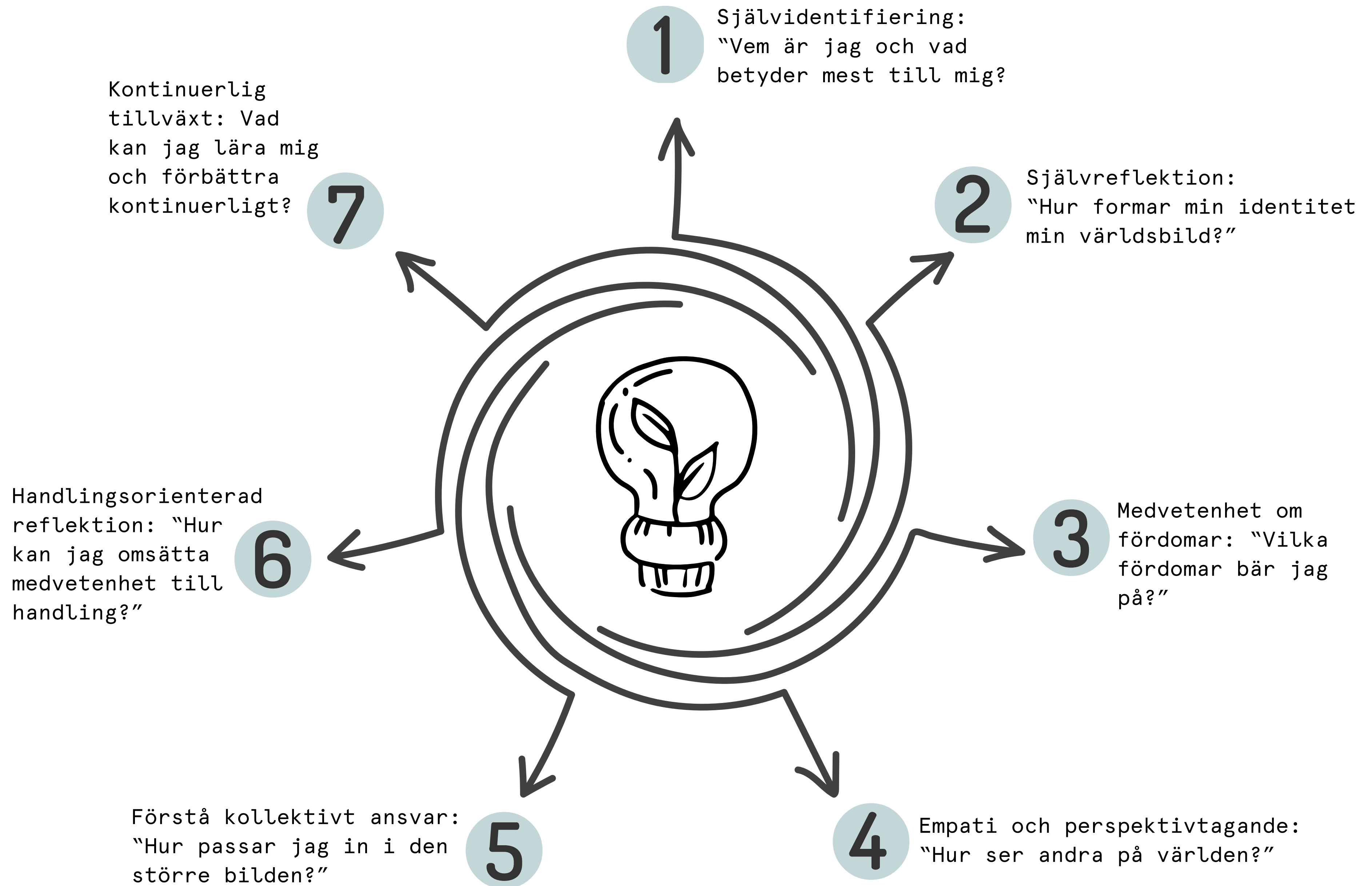
Från 8 steg method till 7 steg vägledning för inre hållbarhet



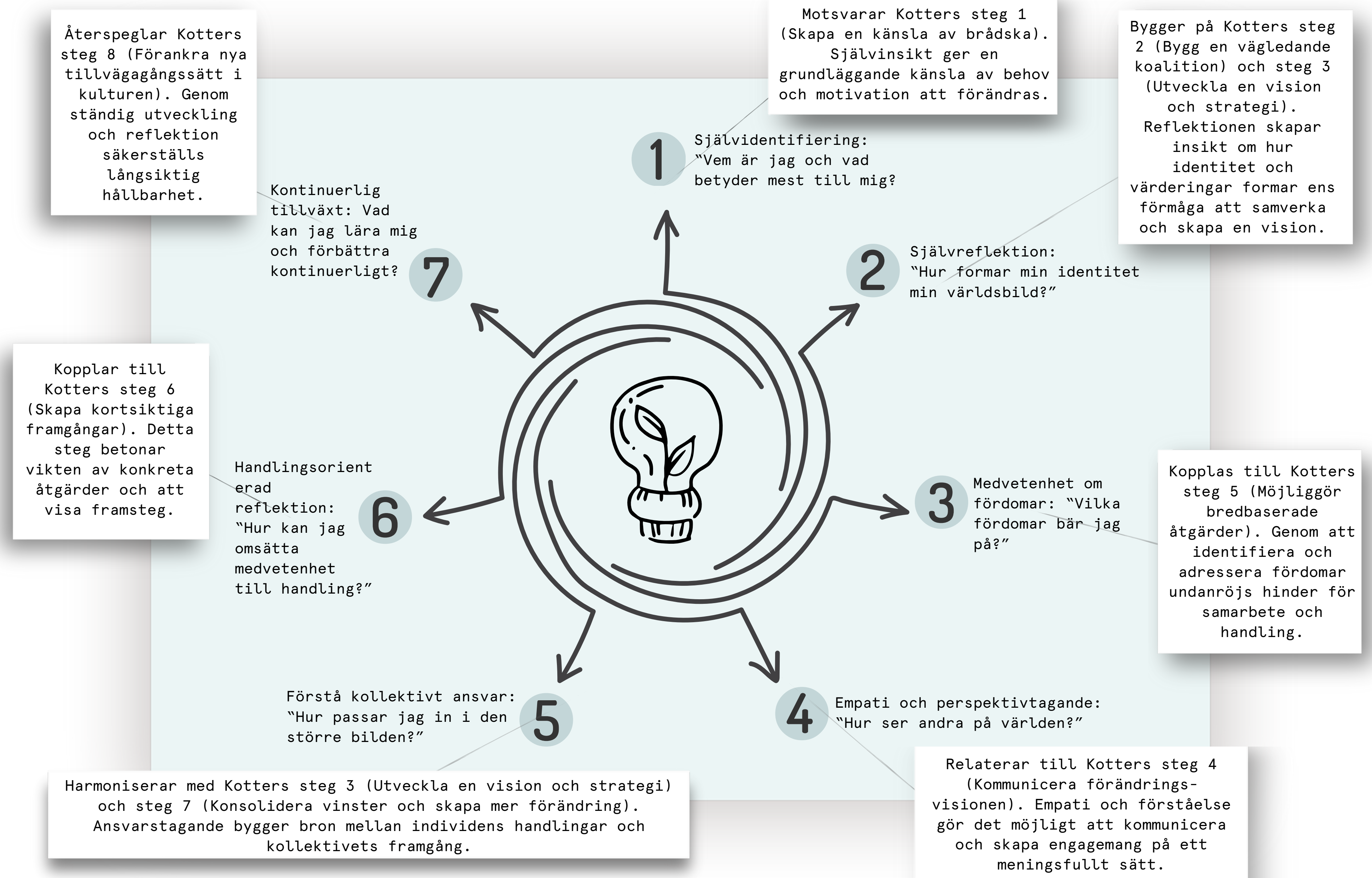
Kotters metod är ovärderlig som ett beprövat ramverk för förändring på organisationsnivå. Men för att göra den relevant för individer och samhällen på Åland har vi anpassat och förädlat dess kärnprinciper till en modell som bättre speglar den unika utmaningen med inre hållbarhet. Inspirationen till denna modell har också hämtats från bredare diskussioner inom området inre hållbarhet, där fokus ligger på självinsikt, emotionell utveckling och kollektivt ansvarstagande. Genom att integrera dessa insikter med Kotters metod har vi skapat ett ramverk med sju steg för personlig och kollektiv utveckling.

Där Kotters metod lägger stor vikt vid strukturer, organisation och implementering, fokuserar de sju stegen på individens resa. De syftar till att stärka självinsikt, skapa förutsättningar för empati och förståelse, och bygga broar mellan individ och samhälle. På så sätt blir modellen inte bara ett verktyg för förändring, utan också en pedagogik för att göra hållbarhet till en livsstil.

En inre förändringsprocess: vägledning i 7 steg



Insikter som belyser fördjupning och utveckling



Motivering av ordningen för vägledning i 7 steg

Den valda ordningen för Vitbokens steg är medvetet utformad för att skapa en tydlig och logisk utvecklingsprocess som stödjer en individs inre resa mot hållbarhet och blomstring. Denna resa börjar med grunden: att förstå vem man är och vad som driver en som individ. Den fortsätter genom att bygga insikter om hur ens identitet formar ens perspektiv och påverkar relationer till andra.

Genom att konfrontera och utmana fördomar tar man nästa steg mot empati och perspektivtagande, vilket är avgörande för att skapa en djupare förståelse av världen runtomkring. Från denna grund växer insikten om kollektivt ansvar – att ens handlingar är oumbärliga för helheten och att vi alla spelar en roll i att forma ett blomstrande samhälle.

Slutligen förbereder stegen individen för handling och kontinuerlig tillväxt. Detta är inte bara en linjär process utan en livslång resa där varje steg bygger på det föregående och skapar förutsättningar för att individer och samhällen tillsammans kan blomstra. Genom denna struktur förmedlas en klar riktning som inspirerar till reflektion, samverkan och varaktig förändring.

STEG 01

Självidentifering

Förståelsen av vem vi är är alltid det första steget i förändring. Utan självinsikt finns ingen grund att bygga på.

STEG 02

Självreflektion

Efter att ha identifierat sig själv är det nödvändigt att reflektera över hur denna identitet påverkar hur vi ser världen och interagerar med andra.

STEG 03

Medvetenhet om fördomar

När vi förstår oss själva och våra perspektiv kan vi börja identifiera och utmana våra egna fördomar.

STEG 04

Empati och perspektivtagande

Detta steg öppnar dörren för att förstå andra människors perspektiv, vilket är centralt för samarbete och kommunikation.

STEG 05

Förstå kollektivt ansvar

När vi har byggt förståelse och empati kan vi börja se hur våra individuella handlingar bidrar till det större sammanhanget.

STEG 06

Handlings-orienterad reflektion

Efter att ha förstått vårt ansvar är det dags att omsätta dessa insikter till handling.

STEG 07

Kontinuerlig tillväxt

Slutligen, för att säkerställa att förändringen är hållbar, måste vi se utveckling som en ständigt pågående process.

Utforska 7-steg: frågor för reflektion och tillväxt

Självidentifering: "Vem är jag?"
- Vilka rötter är mest betydelsefulla eller behöver omsorg för mig att blomstra?
- Hur speglar mina val de värderingar jag håller högst?
- Hur påverkar tillit min känsla av trygghet och min vilja att ta risker?

Självreflektion: "Hur formar min identitet min världsbild?"
- Hur påverkar mina erfarenheter och åsikter hur jag ser på andra och på förändring?
- Vilka möjligheter eller hinder har min bakgrund skapat för mig?
- Vad är mitt perspektiv som någon som alltid har bott på Åland, och hur skiljer sig mitt perspektiv från någon som har flyttat hit?

Medvetenhet om fördomar: "Vilka fördomar bär jag på?"
- Hur kan jag identifiera och utmana mina egna fördomar?
- Hur kan jag säkerställa att mina handlingar inte reproducerar negativa mönster?
- Finns det omedvetna fördomar, som att prioritera bekvämlighet eller förtrogenhet, i att se vissa hållbara metoder som otillgängliga?

Empati och perspektivtagande: "Hur ser andra på världen?"
- Vilka verktyg kan jag använda för att förstå andras perspektiv bättre?
- Hur kan jag skapa utrymme för olika röster i mina sammanhang?

Förstå kollektivt ansvar: Hur passar jag in i den större bilden?
- Om alla gjorde som jag gör, vad skulle resultatet bli?
- Vilka samarbeten kan jag initiera för att stödja gemensamma mål?
- Hur bidrar min livsstil eller yrke till miljöskada eller förbättring?

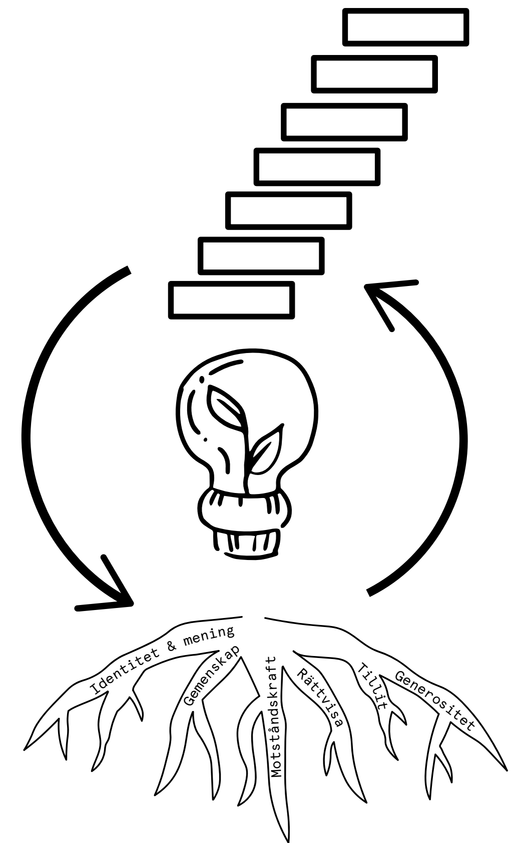
Handlingsorienterad reflektion: Hur kan jag omsätta medvetenhet till handling?
- Vilka konkreta steg kan jag ta för att bidra till positiv förändring?
- Hur kan jag skapa små men meningsfulla framsteg i mitt dagliga liv?

Kontinuerlig tillväxt: "Vad kan jag lära mig och förbättra kontinuerligt?"
- Hur kan jag aktivt reflektera över mina framsteg och fortsätta att utvecklas?
- Vilka resurser eller verktyg kan jag använda för att stödja min långsiktiga tillväxt?

Att koppla samman rötterna med de sju stegen

Ramen för "Alla kan blomstra" bygger en bro mellan existentiella principer och praktisk pedagogik genom sex rötter och sju steg. I denna sektion kopplas varje rot (identitet och mening, gemenskap, motståndskraft, rättvisa, tillit och generositet) tydligt till de konkreta steg som krävs för att stärka dem:

- Identitet & Mening: Roten “identitet” förankras i självinsikt och förståelse för egna fördomar. Steg 1 handlar om att reflektera över sin roll i kollektivet och stärka sin medvetenhet. Förankras i steg 6, där insikter integreras i en kontinuerlig process av utveckling och bidrag. Steg 7 fördjupar detta ytterligare genom reflektion och engagemang, vilket säkerställer att transformationen är hållbar och meningsfull.
- Gemenskap: I steg 2 byggs samhörighet genom att vårda relationer och skapa en gemensam känsla av syfte.
- Motståndskraft: Utvecklas genom steg 3, där fokus ligger på att omdefiniera utmaningar som möjligheter. Genom att förstå hur motgångar formar oss, bygger deltagarna inre styrka för att möta svårigheter.
- Rättvisa: Är central i steg 4, där individer får verktyg för att se hur deras handlingar påverkar rättvisa och samhällelig jämlikhet. Detta steg utmanar deltagarna att känna igen orättvisor och aktivt bidra till rättvisare system.
- Tillit: Förstärks i steg 5 genom att uppmuntra ansvarstagande och ömsesidig respekt. Tillit byggs genom handlingar som speglar gemensamma värderingar och samarbete.
- Generositet: Är central i steg 5, där generositet kopplas till förståelsen av kollektivt ansvar och i steg 6, där generositet omsätts i handling för att stödja andra och skapa positiv förändring.

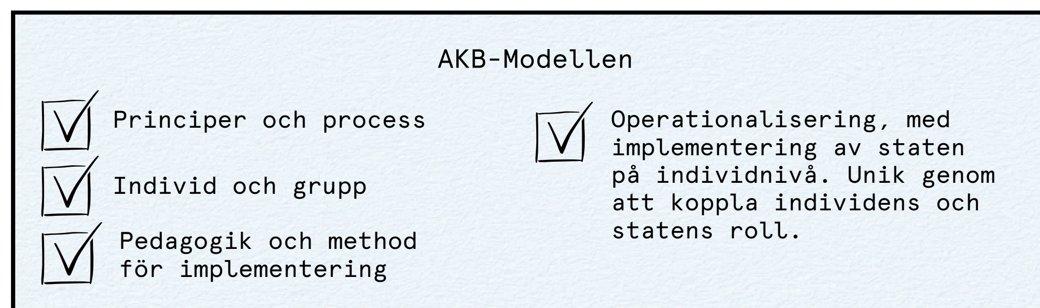


En sammanställning av processer, principer och implementeringsmetoder

För att bättre förstå de olika modeller och filosofier som kan bidra till att förverkliga visionen om "Alla kan blomstra" har en översikt över relevanta koncept sammanställts. Tabellen (nästa sida) kartlägger huruvida dessa modeller är processer eller principer, med fokus på individ- eller gruppnivå, samt om de erbjuder en konkret pedagogik eller metod för implementering. Analyseras gör också om koncepten kan tillämpas på individnivå genom statliga insatser, samt identifieras behov av ytterligare fokus och operationalisering. Lokaliseringaspekter inkluderas för att identifiera vilka modeller som tar hänsyn till specifika kulturella och regionala kontexter.

Tabellen visar att flera etablerade modeller och filosofier saknar praktisk operationalisering och anpassning till olika kulturella och regionala sammanhang. Ett särskilt omnämnande ges till "Mainstreaming Inner Sustainability" av Christine Wamsler och Gustav Osberg, som i ett akademiskt arbete från 2023 påpekar bristen på konkreta verktyg för operationalisering inom befintliga ramar. Denna teori belyser de luckor som AKB-Modellen strävar efter att fylla.

AKB-Modellen representerar ett unikt och innovativt ramverk för att operationalisera inre hållbarhet och blomstring. Genom att koppla individens behov med statens möjligheter adresserar modellen centrala luckor i befintliga teorier. Modellen är anpassningsbar till olika kulturella och regionala kontexter och har dessutom potential att skalas och användas globalt. Vid en framgångsrik implementering kan den utgöra en ny standard för hållbarhet och blomstring både lokalt och internationellt. Trots att modellen ännu inte är bevisad i praktiken, erbjuder den en robust teoretisk grund för vidare forskning och tillämpning.



Existentiell filosofi (1800-framåt)

- Bara princip ramverk
- Ingen lokaliseringsaspekt eller pedagogik/implementeringsmetod
- Individuell nivå
- Djupa insikter om existens och syfte, historisk relevans i kristid, men saknad av konkret metodik

Icke-västerländska existentiell filosofi

- Bara princip ramverk
- Ingen lokaliseringsaspekt eller pedagogik/implementeringsmetod
- Individuell nivå
- Alternativ perspektiv, belyser kulturell mångfald och andra tro. Men svåra att opertionalisera och integrera i policyramverk

Nussbaums “Capabilities Approach” (1980-talet)

- Bara princip ramverk
- Ingen lokaliseringsaspekt eller pedagogik/implementeringsmetod
- Individuell och grupp nivå
- Stöder policy utveckling, fokuserar på mänskliga förmågor. Men brist på implementerings-verktyg, ej operationaliserad.

Transtheoretiska modellen (TTM) (1983)

- Bara process ramverk
- Ingen lokaliseringsaspekt men pedagogikmetod finns
- Individuell nivå
- Klart ramverk för beteendeförändring, men begränsad till specifika områden, ingen lokaliseringsfokus

Självbestämmandeteorin (SDT) (1985)

- Bara princip ramverk
- Ingen lokaliseringsaspekt men pedagogikmetod finns
- Individuell nivå
- Fokus på psykologiska behov, vetenskapligt stöd. Men saknar bredare implementeringsverktyg.

Kotters 8-steg förändringsmodell (1995)

- Bara process ramverk
- Ingen lokaliseringsaspekt men pedagogikmetod delvis finns
- Grupp nivå
- Tydlig struktur för förändring inom organisationer med fokus på ledarskap/kommunikation. Begränsad, ej för individnivå eller kulturell anpassning.

Integral teori (1997)

- Bara princip ramverk
- Ingen lokaliseringsaspekt eller pedagogik/implementeringsmetod
- Individuell och grupp nivå
- Integrerar flera perspektiv men är svår att operationalisera.

Seligmans Positiv psykologi (1998)

- Bara princip ramverk
- Ingen lokaliseringsaspekt men pedagogikmetod delvis finns
- Individuell och grupp nivå
- Fokus på välbefinnande och blomstring, men begränsningar i praktisk samhällstäckning

Broaden-and-Build teori (1998)

- Bara princip ramverk
- Ingen lokaliseringsaspekt eller pedagogik/implementeringsmetod
- Individuell nivå
- Fokus på positiva känslörs roll i utveckling, ej direkt policyrelevant.

Dwecks “Growth Mindset” (2006)

- Bara princip ramverk
- Ingen lokaliseringsaspekt men pedagogikmetod delvis finns
- Individuell nivå
- Stärker resiliens och lärande, men begränsad lokaliserings-aspekt, ej bred policyanpassning.

Fogg Behavior Model (2007)

- Bara process ramverk
- Ingen lokaliseringsaspekt men pedagogikmetod finns
- Individuell nivå
- Klar och skalbar metod för beteendeförändring, men ej integrerad med statliga system.

PERMA-modellen (2011)

- Bara princip ramverk
- Ingen lokaliseringsaspekt men pedagogikmetod delvis finns
- Individuell och grupp nivå
- Fokus på välbefinnande; bred tillämpning, men saknar praktiska implementeringsverktyg och lokaliseringsaspekt

Second-Wave Positive Psychology (2015)

- Bara princip ramverk
- Ingen lokaliseringsaspekt men pedagogikmetod delvis finns
- Individuell och grupp nivå
- Betoner balans mellan positiva och negativa erfarenheter, men begränsat tillämpningsområde, ej policyanpassat

Inner Development Goals (IDG) (2020)

- Bara princip ramverk
- Ingen lokaliseringsaspekt men pedagogikmetod delvis finns
- Individuell eller grupp nivå
- Enda som kopplar inre utveckling till globala hållbarhetsmål, men konkret plan för implementering saknas.

Flourish Model (2020)

- Bara princip och process ramverk
- Har lokaliseringsaspekt och pedagogik
- Individuell eller grupp nivå
- Integrerar värderingar med ekologiska system och betonar helhet, ej bevisad i praktiken, kräver djup lokaliserings-anpassning.

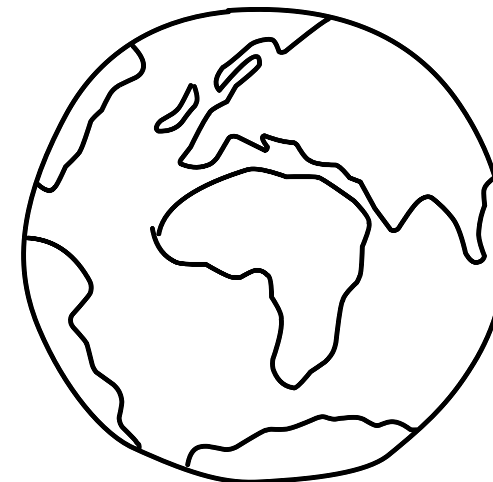
Mainstreaming Inner Sustainability (2023)

- Bara princip
- Ingen lokaliseringaspekt eller pedagogik/implementeringsmetod
- Individuell eller grupp nivå
- Belyser vikten av att integrera personliga och systemiska aspekt i klimatpolicy, saknar konkreta operationaliserings eller direkt policy-implementering verktyg,

*Fler modeller kartläggs och kommer att inkluderas i kommande bilagor.

Internationella modeller för välbefinnande i styrning

Flera länder har integrerat välbefinnande i sina styrmodeller. Här är några exempel som kan inspirera Åland:



Bhutan – Välbefinnande som styrprincip

- Gross National Happiness (GNH) ersätter BNP som framgångsmått.
- Alla policybeslut genomgår en "happiness impact assessment."
- Kombination av kvantitativa och kvalitativa mått.

Nya Zeeland – Välbefinnandebudgetar istället för BNP-fokus

- Införde Wellbeing Budget 2019 - finanspolitiken utgår från sociala och ekologiska mål, inte bara ekonomisk tillväxt.
- Regeringsutgifter måste rättfärdigas utifrån välbefinnandeindikatorer.
- Prioriterar psykisk hälsa, social sammanhållning & barnfattigdom.

Wales – Långsiktig lagstiftning för framtida generationer

- Well-being of Future Generations Act (2015) kräver att alla offentliga beslut gynnar hållbarhet & välbefinnande.
- Inrättade en oberoende Future Generations Commissioner för att säkerställa efterlevnad.
- 46 nationella indikatorer används för att spåra utveckling.

Hur relaterar detta till Åland?

- Alla kan blomstra följer en liknande riktning genom att sätta välbefinnande i fokus.
- Ålands sex ”rötter” speglar många av de teman som används internationellt.
- Vi kan dra lärdomar från dessa modeller för att stärka policyintegration och implementering.

Verktyg och praktik

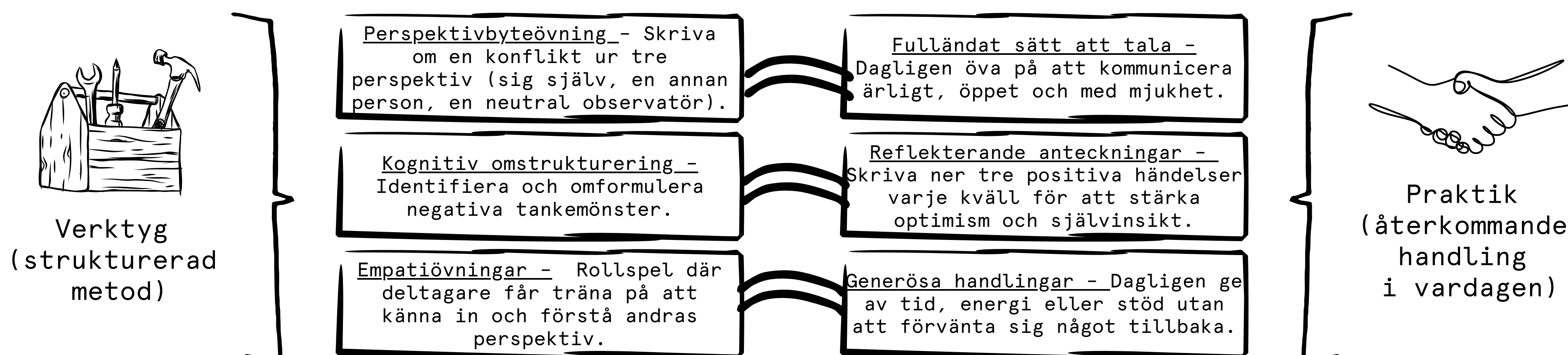
För att "Alla kan blomstra" ska vara mer än en idé krävs en genomtänkt kombination av strukturerade metoder och vardaglig tillämpning. Därför innehåller denna vitbok både verktyg och praktik - två delar som tillsammans skapar förutsättningar för varaktig förändring.

Vad är ett verktyg, vad är en praktik, och hur samverkar de?

I detta sammanhang är ett verktyg en strukturerad metod för att utveckla inre kapaciteter såsom reflektion, tillit och emotionell intelligens. Verktyg är specifika tekniker med tydliga steg för förändring.

En praktik är en handling som utvecklas till en vana - ett sätt att använda verktygen i vardagen. Där verktyget ger riktning och metodik, säkerställer praktiken att dessa metoder blir en del av det dagliga livet. Tillsammans skapar de en stabil grund för både personlig och kollektiv blomstring.

Verktygen i denna vitbok erbjuder strukturerade metoder för inre utveckling, men de blir verkningsfulla först när de regelbundet tillämpas genom praktik. Skillnaden illustreras så här:



Från insikt till handling: Verktyg och praktik genom de sju stegen

Vägledningen i "Alla kan blomstra" bygger på AKB-modellens sju steg. Genom att koppla dessa till konkreta verktyg (strukturerade metoder) och praktiker (dagliga handlingar och vanor) skapas en tydlig väg från insikt till förändring.

		Verktyg (strukturerad metod)	Praktik (Vardaglig handling)
01	Självidentifiering	WOOP (mål och hinder), Meet Yourself at 90 (livsreflektion)	Ta en promenad eller vara i naturen för att tänka ostört. Lämna mobilen hemma.
02	Självreflektion	ACT (värderingsstyrda handlingar), Theory U (fördjupad självkännedom)	Skriv dagbok eller reflektera tyst över dagen innan du somnar.
03	Medvtenhet om fördomar	Immunity to Change (förändra dolda bias), Intercultural Competence Training	Småprata med någon utanför din vanliga sociala krets
04	Empati & perspektivtagande	Nonviolent Communication (NVC), Psychological Safety Training	Ställ en öppen fråga och lyssna aktivt utan att avbryta.
05	Förstå kollektivt ansvar	Systemtänkande-övningar, Nature Quest (reflektion i naturen)	Engagera dig i en förening eller hjälp till i en lokal aktivitet.
06	Handlingsorienterad reflektion	Prototyping (snabbtest av idéer), ACT (beteendemålsättning)	Testa en ny vana i 30 dagar och se hur det påverkar dig.
07	Kontinuerlig tillväxt	Mentorskapsmodeller, Reflekterande anteckningar	Lär dig något nytt genom en kurs, bok, eller samtal med en kunnig person.

En avslutande reflektion om hopp och handling

Vi befinner oss vid ett vägskäl, med en enastående möjlighet att inte bara omdefiniera hållbarhet, utan att förkroppsliga den. Inre hållbarhet är nyckeln som öppnar dörren till mänsklig och samhällelig blomstring - något som de nuvarande systemen inte fullt ut når. Där yttre strukturer bygger ramen, är det inre som tänder elden. Och det är där "Alla kan blomstra" skiljer sig: det förenar pragmatism och hopp, teori och handling, individ och samhälle.

Ett skifte som börjar inifrån

Trots decennier av framsteg inom hållbarhetsarbete kvarstår en fundamental brist - en avsaknad av mänsklig förankring. System kan hantera symptom, men de når sällan människors djupaste behov: mening, identitet och gemenskap. Här erbjuder "Alla kan blomstra" något som sträcker sig bortom det traditionella. Det är inte bara en vision - det är en modell som stärker individer och bygger robusta samhällen genom samhörighet, reflektion och handling.

När människor mår bättre, bidrar de mer - till sina arbetsplatser, sina gemenskaper och till samhället i stort. Det leder till minskade kostnader för vård och sociala insatser och skapar en cirkel där välmående ger resiliens och resiliens skapar utveckling.

Detta är inte en idealistisk dröm. Det är praktiskt. Det är mätbart. Det är framtiden.

En vision som förenar hjärta och hjärna

AKB-modellen är lika mycket ett verktyg som en filosofi. Den har sina rötter i forskningsbaserade principer men når in i det mänskliga - och det är där dess kraft ligger. Den möter både individens och samhällets behov, där de befinner sig, och bjuder in till stegvis förändring som kan skalas upp och spridas.

Den är inte beroende av perfekta förhållanden för att lyckas. Istället erbjuder den ett ramverk för att möta komplexa utmaningar och möjliggöra transformation. För pragmatikern är det en möjlighet att effektivisera offentliga sektorer och bygga ett resilient, mer demokratisk samhälle. För idealisten

är det en vision om en ny värld. För alla oss andra är det ett ljus att navigera efter - ett ljus som vägleder genom både medvind och motvind.

Och ja, det är en utmaning. Men vi vet att stora framsteg alltid börjar med ett frö - en idé som behövde testas, justeras och utvecklas. Att inte prova modellen är att missa möjligheten att visa dess potential och bygga vidare på den.

Åland – där förändring tar form

Åland är mer än en plats; det är en symbol för vad som är möjligt. Här, på fredens öar, är visionen om hållbarhet levande. Vi visar världen vad som händer när man vågar tänka utanför boxen, när man kopplar samman historia med framtid och idéer med handling. AKB-Modellen är en välgrundad teori som fyller ett tydligt gap i dagens hållbarhetsramverk. Den kopplar individens utveckling med statens ansvar och erbjuder en struktur för att operationalisera det som tidigare har varit svårt att mäta eller implementera. Om vi lyckas här kan Åland bli en fyrbåk för andra regioner - ett bevis på att mänsklig blomstring och hållbar utveckling inte bara är en idé utan en praktisk, möjlig och inspirerande verklighet. Vi är testarenan för något större, något djupare.

Från vision till verklighet

“Alla kan blomstra" har redan inspirerat och skapat förändring - och detta är bara början. Den börjar med små, medvetna steg som över tid skapar stora förändringar. Genom att fortsätta investera i inre hållbarhet kan vi ytterligare stärka kulturen av gemenskap och ansvar, där varje individ har möjlighet att delta, växa och bidra. Varje individ som känner mening, varje gemenskap som stärks, varje samhälle som vågar - det är där vi vinner framtiden.

Detta är ett arv vi kan vara stolta över - en berättelse om hopp, mod och kollektiv styrka. Med beslutsamhet kan Åland bli en levande förebild, en påminnelse om att hållbarhet och blomstring inte bara är en vision, utan en nödvändig och praktisk verklighet.

"Att vara människa är att vara i en värld med andra,
att vara i relation med andra."
- Martin Heidegger





"Jag är för att vi är, och eftersom vi är, därför är jag."
- Ordspråket Ubuntu

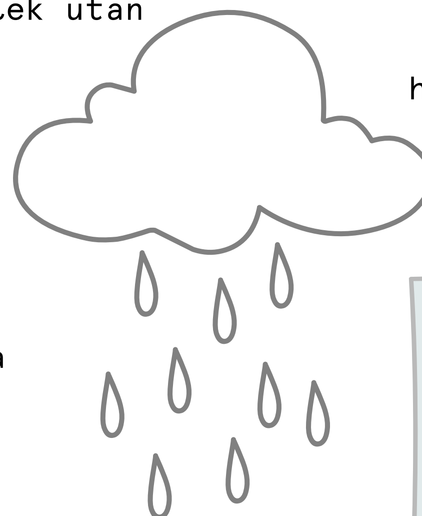
“Den enda resan är den inre.”
- Rainer Maria Rilke



"Vårt liv uttrycker alltid resultatet av våra dominerande tankar."
- Sören Kierkegaard

"En man som inte tillhör något samhälle är inte en man alls."
- Jean-Paul Sartre

"Tro handlar inte om Guds existens eller icke-existens. Det handlar om att tro att kärlek utan belöning är värdefull."
- Gabriel Marcel



"Vad är lycka förutom den enkla harmonin mellan en man och det liv han lever?"
- Albert Camus

"Den som vill få en vår måste uthärda vintern." - Karin Boye

"Att växa är att möta det okända och låta det forma oss, inte att undvika det."
– Pär Lagerkvist



"Glädje är en form av motstånd, och att blomstra är vårt svar till världen."
– Kristina Lugn

Vitboken har tagits fram inom ramen för projektet “Alla kan blomstra” -fördjupning och förankring. Projektledare Alyssa Bittner-Gibbs är vitbokens initiativtagare och huvudförfattare. Utvecklings- och hållbarhetsrådets huvudsekreterare Micke Larsson har bistått med rekommendationer.